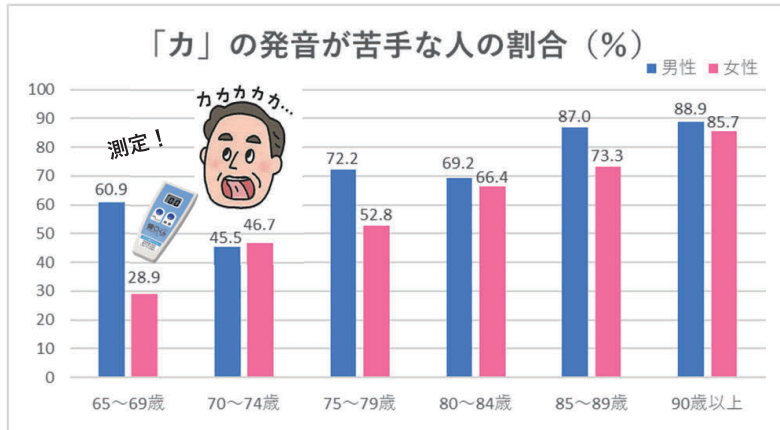


／シルバー世代のみなさん／ やっていますか!? 歯とお口の健康チェック!!

1 「カ」がきちんと発音できない!

「パ・タ・カ」
発音テスト
の結果です。
「カ」が苦手
な人は加齢と
共に増加して
いるね!!



発音のしづらさは、
お口の機能低下の
サインです。
「話す力」を保つ
ことが元気の秘訣
です!!

発音テスト: 1秒当たり「カ」が何回言えるかを計測するもの。(6回/秒未満の場合オーラルフレイルの疑いあり)。高齢者支援課実施のフレイルチェック661人の結果より抜粋。

2 お口の機能低下が招く健康リスク!



お口の機能が
低下すると、
健康へのリス
クが2倍以上
も高くなって
いるね。



身体的フレイル
(全身が虚弱化)
2.4倍

要介護認定
2.4倍

総死亡リスク
2.1倍

出典: 公益社団法人
日本歯科医師会
オーラルフレイル
対応マニュアル

誤嚥性肺炎はお口の機能低下から始まることも…。
”飲み込みづらさ”に注意しないとイケないね。

無料

76歳歯科健診

今からでも、遅くありません。

◆対象者 昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生まれの方
◆期間 6月1日(月)～令和9年1月31日(日)

対象の方に、案内を送付します。
詳しくは、お問い合わせください。



いつまでも自分の口で食べ、話し、笑うために、**シルバー世代**を対象に、**毎月、定例歯科相談**を実施しています。今こそ、お口の健康を見直しましょう!!

問合せ

76歳歯科健診に関すること 国保年金課 (2階) ☎ (20) 1503 FAX (20) 1600
定例歯科相談に関すること 保健センター ☎ (25) 1725 FAX (25) 1865



▲ウェブページ