

知ろう!

オーラルフレイル

口が弱ると身体も弱る…。

噛めないものが増えた…

食べこぼしが増えた…

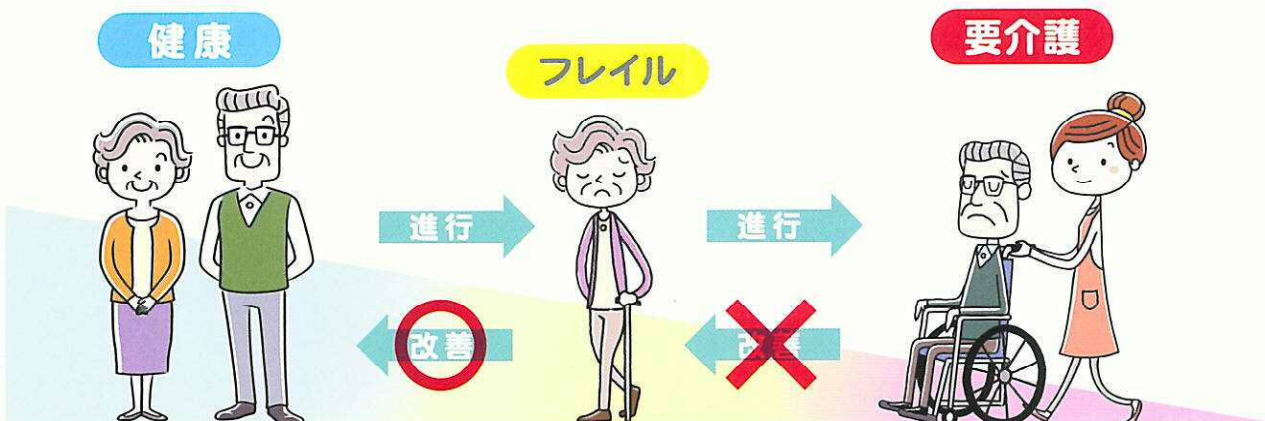
食事を美味しく
食べられない…

早めに気づいて
適切に対処すれば、
健康な状態に戻る
ことが可能です!

気づかないと
もったいない!

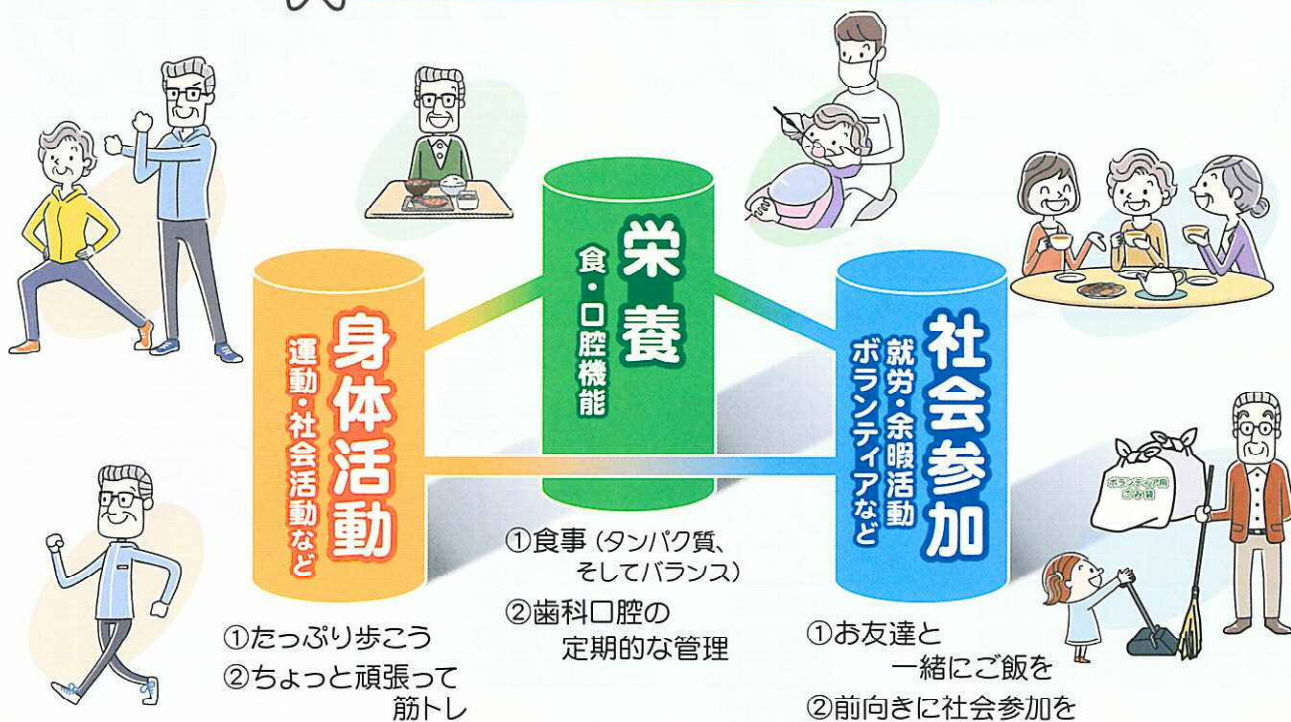
わずかなむせ・食べこぼし・しゃべりにくさ等の
歯や口の機能の衰えは、『オーラルフレイル』といい、
身体の衰え (フレイル) の早い時期にみられます。

フレイルが進行していくイメージ図





健康長寿のための「3つの柱」

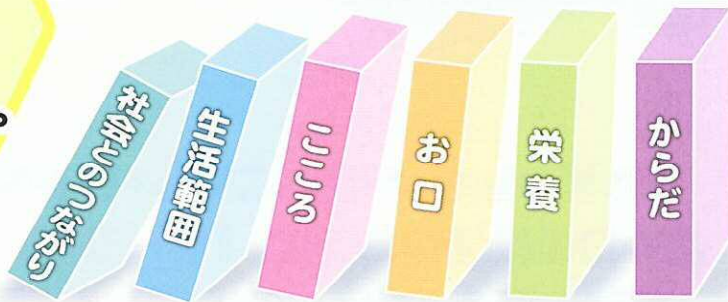


フレイル・ドミノ

社会とのつながりを失うことが
フレイルの最初の入口です。



ドミノ倒しにならないように!



出所：東京大学高齢社会総合研究機構・飯島勝矢先生作図

かかりつけ歯科医院に行こう!

かかりつけ歯科医は
口腔健康管理を通じて、
健康寿命の延伸のサポートを
してくれます。

