

歯を健康に保って 健康寿命を延ばそう!



あなたのお口の健康状態は? (オーラルフレイル※チェック)

※オーラルフレイルとは、お口の中の機能が低下している状態のことです。

質問事項	はい	いいえ
半年前と比べて、堅い物が食べにくくなった	2点	0点
お茶や汁物でむせることがある	2点	0点
義歯を入れている	2点	0点
口の渇きが気になる	1点	0点
半年前と比べて、外出がすくなくなった	1点	0点
さきイカ・たくあんくらいの堅さの食べ物を噛むことができる	0点	1点
1日に2回以上、歯を磨く	0点	1点
1年に1回以上、歯医者に行く	0点	1点

出典: 東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規、飯島勝矢

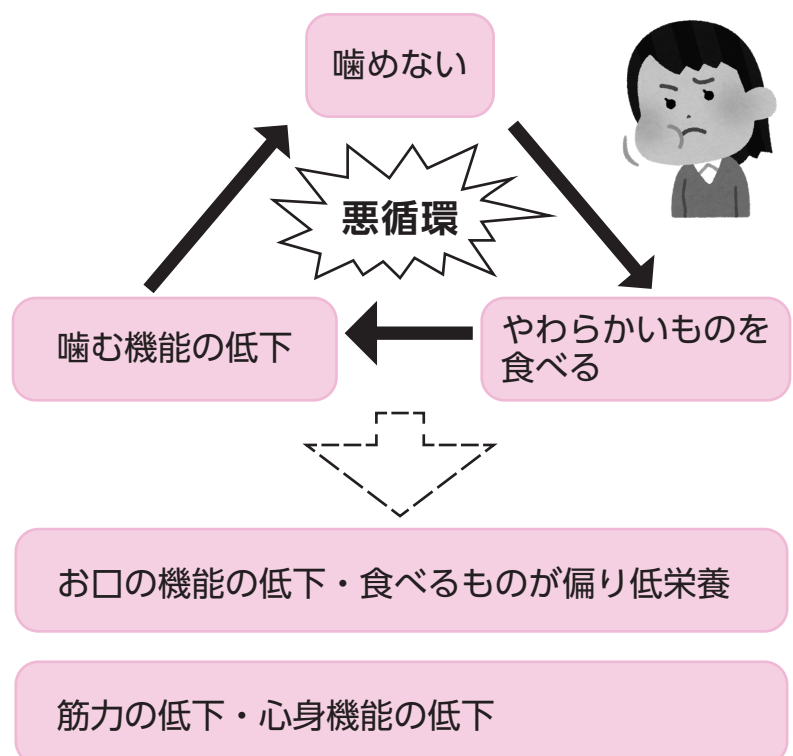
3点以上はオーラルフレイルの危険性あり!

合計 点

オーラルフレイルになるとお口の機能が低下し、ゆくゆくは心身機能の低下につながります。

定期的に歯科健診を受けることで、お口の状態を知ることができ、オーラルフレイルの予防ができます。

オーラルフレイルを予防して、健康寿命を延ばし、医療費を軽減しましょう。



無料で!

歯科健康診査が受けられます

(お口の健康診査)

受診期間：令和8年4月1日～令和9年3月31日※受診は年度中1回のみ

大阪府後期高齢者医療広域連合（以下「広域連合」という。）では、歯科健康診査（以下「歯科健診」という。）を実施しています。

歯科健診では「歯」だけでなく、加齢に伴うお口の機能の低下（オーラルフレイル）を含めて検査をします。義歯（入れ歯）を使用中の方も、1年に1回歯科健診を受けましょう。

～受診のしかた～

1



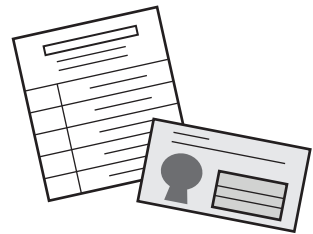
歯科健診を実施している
歯科医院を選ぶ

2



実施登録歯科医院に
(電話などで)
事前申込

3



①マイナ保険証※1
②資格確認書
①か②のいずれかを
持参

広域連合
ホームページ



実施登録歯科医院は、
「広域連合ホームページ」にも掲載しています。

大阪府内の実施登録歯科医院であれば、
お住まいの市区町村以外でも受診可能です。

※1 「マイナ保険証」とは、保険証利用登録を行ったマイナンバーカードのことです。医療機関等にカードリーダーがなければ「資格確認書」が必要です。事前に健診を申し込む際にご確認ください。

歯科健診項目

(お口の機能の検査)

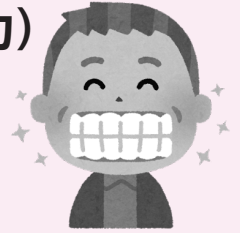
●問診

歯とお口の状態、関連する全身状態・生活習慣に関する質問です。お口の機能に関する調査を含みます。



●咀嚼能力(噛む力)

噛むために使う筋肉の状態を触診で確認します。歯の状態等も併せて判断します。



●歯の状態

現在の歯の状態、入れ歯やブリッジの状態等を確認し、歯科治療の必要性を判断します。



●舌・口唇機能

食べるために必要な舌やお口の周りの筋肉の動きを確認します。



●歯周組織の状況

一部の歯ぐきの状態を確認し、全身状態と合わせて治療の必要性を判断します。



●嚥下機能(飲み込み)

食べ物や唾液の飲み込みがスムーズにできるか確認します。



●咬合の状態(噛み合わせ)

噛み合わせの状態を前歯、左右奥歯に分けて確認します。



●顎関節(顎の動き)

顎関節の動きや痛み、異音、筋肉の緊張等を確認し、顎の動きに問題がないか判断します。



●口腔衛生状況

お口の清潔さを入れ歯や歯ぐき、舌等も含めて視診で確認します。口腔への関心度を併せて確認します。

●口腔粘膜

お口の中の粘膜を確認し、歯科的処置の必要性を判断します。

●口腔乾燥

お口の乾き具合を視診で確認します。服薬状態等、全身状態との関わりも確認します。



※ レントゲン撮影、クリーニング、その他治療行為等は含みません。

歯科健診受診時の注意について

- 1 被保険者の資格がなくなったとき、または6カ月以上継続して入院中の方や、介護保険施設などに入所中の方は、本歯科健診の対象外となります。
- 2 訪問による歯科健診は本歯科健診の対象外ですので、ご了承ください。
- 3 本歯科健診と同時に治療を受ける場合は、別途費用が発生する場合があります。内容は歯科医師とご相談ください。
- 4 歯科健診の結果は、実施した歯科医院より本人に直接説明または通知されます。

個人情報の取り扱いについて

- 1 歯科健診に関する個人情報については、個人情報の保護に関する法律に基づき適正に管理します。また、実施登録歯科医院は、同法を遵守し、受診者のプライバシー情報を守ることが義務付けられています。
- 2 高齢者の医療の確保に関する法律第125条の3に基づき、被保険者の健康増進のために、必要に応じて本歯科健診情報をお住まいの市町村に提供します。また、本歯科健診の結果をもとに、広域連合やお住まいの市区町村から、健康情報の提供や保健事業のご案内をさせていただく場合があります。

高齢者の歯の数と大腿骨頸部骨折発症の関連を分析 —高齢女性は20本以下でリスクが約1.2倍に—

大阪府後期高齢者歯科健康診査を受診した75歳以上の高齢者190,998人を対象に、歯の数と大腿骨頸部の骨折発症の関連を検討しました。その結果、歯の数が20本以下の女性は、歯の数が21本以上の女性に比べて骨折するリスクが約1.2倍高いことが明らかになりました。

高齢者の大腿骨頸部骨折は予後が良くないことも多く、要介護状態になることもあるため、定期的な歯科健診を行うことで高リスク者の早期発見や発症予防に繋がることが期待されます。



出典：大阪大学・大阪公立大学

大阪府後期高齢者医療広域連合

〒540-0028 大阪市中央区常盤町1-3-8(中央大通FNビル8階)
電話 06-4790-2031 FAX 06-4790-2030