

オーラルフレイル対策について

1. 概 要

オーラルフレイルは、口の機能の軽微な衰えをいい、口の機能の健常な状態（いわゆる「健口」）と「口の機能低下（口腔機能低下症）」との間にある状態をいう。オーラルフレイルを放置すると、栄養が摂れなくなりフレイルや要介護状態へとつながるため、フレイルの前段階と考えられている。

神戸市では、65歳および75歳（後期高齢者医療制度加入者）の市民を対象として、地域の歯科医院においてオーラルフレイルチェック事業を実施している。

オーラルフレイルを早期に発見し、口腔機能の回復を図ることでフレイルを予防し、かかりつけ歯科医での定期健診へとつなげていく。さらに、チェックの結果、口腔機能の低下が認められ、かつ介護予防の取組みが必要な場合は、あんしんすこやかセンターと連携して「フレイル改善通所サービス」を案内して健康寿命の延伸を図る。

2. 令和6年度の実績

（１）オーラルフレイルチェック事業（神戸市歯科医師会に委託）。

① オーラルフレイルチェック事業 実施結果

65歳 利用者数 2,778人

75歳 利用者数 2,960人

<オーラルフレイルチェックの実績>

種 別		令和4年度	令和5年度	令和6年度
65歳	利用率	15.2%（※1）	14.2%（※1）	15.3%（※1）
	利用者数	2,638人	2,437人	2,778人
	対象者数	17,301人	17,106人	18,099人
75歳	利用率	10.1%（※2）	12.4%（※1）	12.9%（※1）
	利用者数	1,777人	2,928人	2,960人
	対象者数	17,548人	23,608人	22,977人

※1：再勧奨葉書の発送

※2：勧奨封筒の工夫

② 判定結果（65歳・75歳）

種 別		令和4年度	令和5年度	令和6年度
65歳	問題なし	607人(23.0%)	706人(29.0%)	810人(29.2%)
	オーラルフレイルに該当	1,678人(63.6%)	1,458人(59.8%)	1,660人(59.7%)
	口腔機能低下症の可能性あり	353人(13.4%)	273人(11.2%)	308人(11.1%)
	計	2,638人	2,437人	2,778人
75歳	問題なし	—	695人(23.7%)	701人(23.7%)
	オーラルフレイルに該当	—	1,629人(55.7%)	1,635人(55.3%)
	口腔機能低下症の可能性あり	—	604人(20.6%)	621人(21.0%)
	計	—	2,928人	2,960人

オーラルフレイルの定義は「オーラルフレイルに関する3学会合同ステートメント（2024年4月）」に準拠

③ 判定結果にもとづく指導内容(重複あり)

種 別		令和4年度	令和5年度	令和6年度
65 歳	口腔機能トレーニングの勧奨	1,998 人 (75.7%)	1,656 人 (68.0%)	1,929 人 (69.4%)
	治療・精密検査の勧奨	922 人 (35.0%)	923 人 (37.9%)	1,013 人 (36.5%)
	あんしんすこやかセンターの利用を勧奨	56 人 (2.1%)	72 人 (3.0%)	88 人 (3.2%)
75 歳	口腔機能トレーニングの勧奨	－	1,689 人 (57.7%)	2,124 人 (71.8%)
	治療・精密検査の勧奨	－	1,132 人 (38.7%)	1,123 人 (37.9%)
	あんしんすこやかセンターの利用を勧奨	－	107 人 (3.7%)	126 人 (4.3%)

(%) は受診者に対する割合

(2) 再勧奨はがきの送付

令和 7 年 1 月、65 歳 (18,035 人) および 75 歳 (22,677 人) に再勧奨はがきを送付。65 歳は昨年より 1.08 倍、75 歳は 1.04 倍となった。

(3) ハイリスク者を対象とした集団健口トレーニング事業

令和 5 年度に 65・75 歳オーラルフレイルチェックを受けた結果、口腔機能低下症（重度のオーラルフレイル）の可能性のある方（782 名）を対象に個別案内。市内 3 カ所にて各 2 回、集団トレーニングを実施。口腔機能検査および集団での保健指導を実施し、トレーニングの成果については 3 か月後に効果検証を行った（神戸常盤大学に委託）。

集団健口トレーニング事業の日程

区	日程(1回目)	実績(人)	日程(2回目)	実績(人)
北区	令和 6 年 11 月 21 日(木)	20	令和 7 年 2 月 13 日(木)	15
長田区	令和 6 年 12 月 2 日(月)	27	令和 7 年 2 月 24 日(月・祝)	23
中央区	令和 6 年 12 月 19 日(木)	24	令和 7 年 3 月 13 日(木)	21
計		71		59

集団健口トレーニング事業の概要

内 容	担 当
① 口腔機能チェック 機能歯数、口腔乾燥、舌圧、滑舌、咀嚼機能(グミ)、飲み込み	歯科医師、歯科衛生士
② 集団による口腔機能トレーニング	歯科衛生士
③ 栄養のお話（第 2 回のみ） 「オーラルフレイル予防のための食べ方とレシピ」	管理栄養士(兵庫県栄養士会)

3 か月後の健口トレーニング実施結果として、口腔衛生状態、舌口唇運動機能（タ）および咀嚼能力などの口腔機能に改善がみられたことから、適切な指導によるオーラルフレイルの改善が見られた。

(4) 歯科専門職の資質向上

① 市歯科医師会作成の研修動画を活用

令和5年度に市歯科医師会が作成した研修動画を会員向けホームページにて周知を行い、歯科医師、歯科衛生士による個別指導の充実を図っている。

② 歯科衛生士対象研修会（神戸常盤大学に委託）

オーラルフレイルに関する知識および指導方法の普及を目的に、令和7年3月29日（土）にオーラルフレイルチェック実施医療機関に勤務する歯科衛生士を対象とした研修会を開催。参加 18名。

(5) 広報啓発

① 誤嚥性肺炎予防の啓発ちらしの作成

誤嚥性肺炎予防の啓発ちらしに口腔体操について掲載し、市歯科医師会、医師会、薬剤師会の協力のもと、待合等に掲示して市民に啓発を実施。

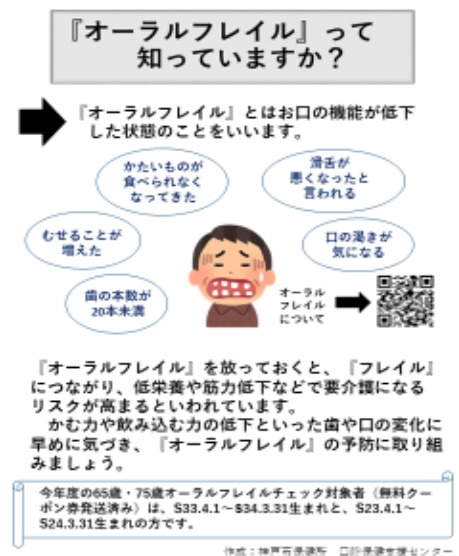
② 市のホームページを活用したフレイル全体での広報 広報紙KOB E 3月号シルバー情報ひろばに掲載

③ 国民健康保険医療費通知はがき（9月発送分）

オーラルフレイルの記事を掲載

④ ハッピーパック（神戸市勤労者福祉共済制度）ニュース（11月号）

オーラルフレイルの記事を掲載



国民健康保険医療費通知はがき

3. 令和7年度の取り組み

(1) オーラルフレイルチェック事業（神戸市歯科医師会に委託）

65歳（18,099人）・75歳（22,977人）宛てに、無料クーポン券、実施医療機関名簿（市内587か所：令和7年4月現在）を5月に個別送付。

(2) LINE アプリを使用したオーラルフレイル早期発見モデル（神戸常盤大学に委託）

市民を対象に LINE アプリを使用したオーラルフレイル簡易チェックを行う。オーラルフレイル該当者約 100 名の口腔機能を神戸常盤大学歯科診療所において精査し、アプリを使用した簡易チェック結果と実際の口腔機能を比較検討する。

(3) 広報啓発

引き続き実施予定