

「地域で取り組む！オーラルフレイル対策マニュアル」を作成しました

○ 発表のポイント

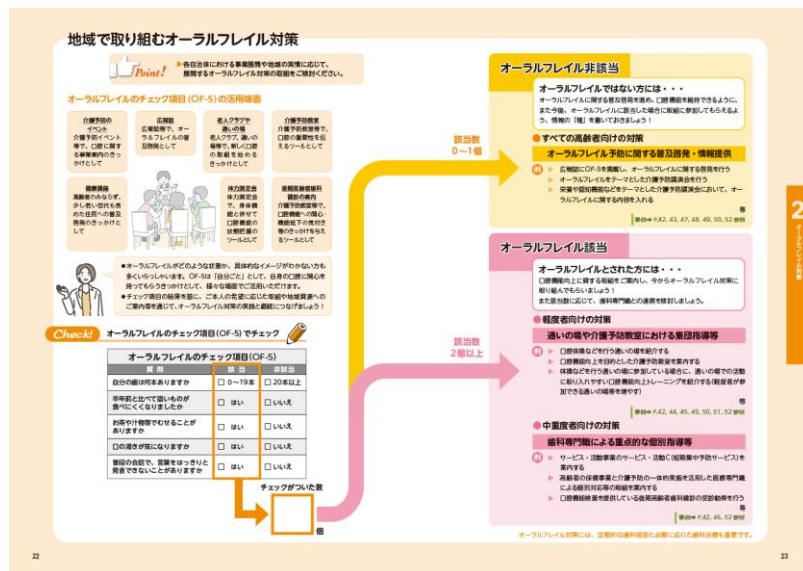
- 地域においてオーラルフレイル対策を実践できるよう、「地域で取り組む！オーラルフレイル対策マニュアル」を作成した。
- 介護予防・日常生活支援総合事業や高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の事業等に携わる行政職員、連携する全ての専門職を対象として作成した。
- マニュアルには、オーラルフレイルの基礎知識、オーラルフレイル対策の具体的な方法、地域における取組事例を掲載した。
- 地域での普及啓発や住民への講話等の参考資料、地域の実状に応じたオーラルフレイル対策を検討する際の資料としての活用が期待される。

○ 発表内容の概要

健康寿命の延伸には、口腔の健康を守ることも重要です。近年、口の機能の健常な状態（健口）と口の機能低下の間の状態として、「オーラルフレイル」という概念が提唱され、地域における取組が広がりつつあります。一方で、高齢者自身はオーラルフレイルの状態を自覚しにくいという課題もあります。そこで、2024 年に関連 3 学会による合同ステートメントにおいて提示された、「オーラルフレイルのチェック項目（OF-5）」を活用し、口腔機能への関心を高め、自分ごととして捉えることが、オーラルフレイル対策の第一歩となります。

このような背景をふまえ、多くの方が口腔機能への理解を深めるとともに、地域においてオーラルフレイル対策を実践できるよう、「地域で取り組む！オーラルフレイル対策マニュアル」を作成しました。

本マニュアルは、介護予防・日常生活支援総合事業や高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の事業等に携わる行政職員、連携する全ての専門職を対象としております。



○ マニュアルの概要

本マニュアルには、以下の内容を掲載しています。

1. オーラルフレイルの基礎知識

オーラルフレイルや OF-5 について解説するとともに、OF-5 の各質問項目に関するエビデンスを紹介しています。

2. オーラルフレイル対策の具体的な方法

オーラルフレイル対策の具体的な方法として、歯磨きと口腔機能向上トレーニングを紹介しています。

3. 地域における取組事例

住民、行政、医療・介護専門職、多様な主体が連携して展開している、自治体のオーラルフレイル対策の取組事例を紹介しています。

地域での普及啓発や住民への講話等の際に参考資料として、また地域の実状に応じたオーラルフレイル対策を検討する際の資料として、ご活用ください。

[マニュアルのダウンロードはこちら]

<https://www.tmghig.jp/research/publication/oralfrail-taisaku/>

[イラストのダウンロードはこちら]

<https://www.tmghig.jp/research/team/jiritsusokushin/oralfrail-eiyou/index.html>

※ページ内中段「2. オーラルフレイルの普及啓発」に掲載しています。

本マニュアルは、令和 7 年度厚生労働行政推進調査事業費補助金（長寿科学政策研究事業）「オーラルフレイル対策における口腔機能の維持・向上のための効果的な評価・介入方法の確立の研究」の一環として作成しました。

（問い合わせ先）

地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター
自立促進と精神保健研究チーム

（オーラルフレイル・栄養研究テーマ）

研究部長 平野浩彦

研究員 白部麻樹

電話 03-3964-1141

Email : mshirobe@tmig.or.jp