

オーラルフレイルのリスクチェック (OFI-8)

項目	はい	いいえ
半年前に比べて、硬いもの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(入れ歯)を使用している	2点	0点
口の渇きが気になる	1点	0点
半年前と比べて、外出の頻度が少なくなった	1点	0点
さきいか・たくあんくらいのかたさのものがかめる	0点	1点
1日に2回以上は歯を磨く	0点	1点
1年に1回以上は歯科を受診している	0点	1点

「はい」「いいえ」で回答し、合計点数を算出する
 出典：東京大学高齢者総合研究機構 田中友規、飯島勝矢ほか
 Archives of Gerontology and Geriatrics, May-Jun2021 ; 94 : 104340

入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像(厚生労働省「研究班」)であり、からだの虚弱、こころ・認知の虚弱、社会性(人づき合い)の虚弱の三つの側面(多面性)があることを紹介しました。からだの虚弱という

が低下し、複数の慢性疾患の併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態である(こうこう)機能が低下しているのです。

⑬ 最近注目されているオーラルフレイル

「フレイル」について「フレイルとは」で、「加齢とともに心身の活力が、一方で適切な介

人生100年時代の健康管理
 桐生大学 桐生大学短期大学部副学長 山科 章



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事長。

保健・福祉

少数ながら切れ目なく続く

梅雨の走りの雲が切れ、のぞく青空は暑い夏の日がもうそこまで来ていることを気づかせてくれます。新型コロナウイルスの騒動があろうとなかろうと、自然の営みは変わりありません。

はやってる病気は?

群馬県の感染症サーベイランス(5月10、16日) (24日、桐生市医師会)

疾病名	3週間前報告数	2週間前報告数	1週間前報告数	今週の報告数
インフルエンザ	0	2	0	0
RSウイルス感染症	1	0	2	0
咽頭結膜熱	10	9	5	17
A群溶連菌咽頭炎	20	28	9	14
感染性胃腸炎	191	243	131	236
水痘	5	4	5	4
手足口病	4	2	2	0
伝染性紅斑	1	1	0	0
突発性発疹	28	22	13	34
ヘルパンギーナ	0	0	0	0
流行性耳下腺炎	1	3	4	3
急性出血性結膜炎	0	0	0	0
流行性角結膜炎	4	5	1	7
細菌性髄膜炎	0	0	0	1
無菌性髄膜炎	0	0	0	0
マイコプラズマ肺炎	0	0	0	1
クラミジア肺炎	0	0	0	0
感染性胃腸炎(ロタウイルス)	0	0	0	0
インフルエンザ(入院患者)	0	0	0	0
風疹	0	0	0	0
麻疹	0	0	0	0
百日せき	0	0	0	0

口腔機能の低下は高齢者の健康(からだ、こころ、社会性)を阻害する大きな要因になっており、「オーラルフレイル」と呼ばれ、注目されています。

食べこぼす、むせる、かめぬい食べ物があふれる、口の中がパサパサする、活舌が悪くなった、などと感じたことはないでしょうか。これらはオーラルフレイルの始まりのサインです。表はオーラルフレイルをスクリーニングするためのチェックリストです。4点以上はオーラルフレイルの危険性が高く、3点は危険性ありとされています。

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

広告 「STOP! 突然死」——。桐生タイムス 心臓蘇生・AED事業 協賛各社

AED設置施設

私たちはAEDを設置し安全確保に努めています

公共施設ほか、その他の設置状況についてはインターネット等で公開されています。

恵愛堂病院 みどり市大間々町大間々504-6 ☎0277-73-2211	中島歯科医院 桐生市琴平町11-11 ☎0277-22-0008	足仲保育園 桐生市相生町1-621-2 ☎0277-52-1620	認定こども園 ひかりこども園 桐生市東4丁目1-18 ☎0277-44-3795
岸病院 桐生市相生町2丁目277 ☎0277-54-8949代	GOOD LIFE GOOD TOOTH ISHII DENTAL CLINIC 歯みがきで始まり歯みがきで終わる毎日。その間にある「豊かな暮らし」を提案しています。 栃木県足利市栗鹿町2-23-3 ☎0284-62-0881 http://www.2-ishii.com/ @ 2-ishii_dental	認定こども園 たかのす聖母保育園 桐生市川内町2丁目81-4 ☎0277-65-9128	認定こども園 菱保育園 桐生市菱町3丁目1992 ☎0277-45-0112
加藤鉄工株式会社 桐生市広沢町1丁目2835 ☎52-1302代	市場にもAEDがあります 桐生地方卸売市場株式会社 みどり市笠懸町阿左美2761-1 TEL.0277-46-6282	ひまわり保育園 桐生市相生町3丁目683-1 ☎0277-52-9109	認定こども園 桐生北こども園 桐生市東久方町1丁目1-36 ☎0277-44-4915
関田内科クリニック 桐生市相生町5丁目284-21 ☎0277-54-2511	JAにたみどり みどり市笠懸町鹿235番地2 TEL.0277-30-8511 URL http://www.jagunma.net/nittamidori	三高産業株式会社 桐生市境野町7-1860 TEL.0277-43-7181代 FAX.0277-43-5380	
北川内科クリニック 桐生市錦町2丁目12-2 ☎0277-44-7706			