

令和3年度 行政歯科保健担当者研修会



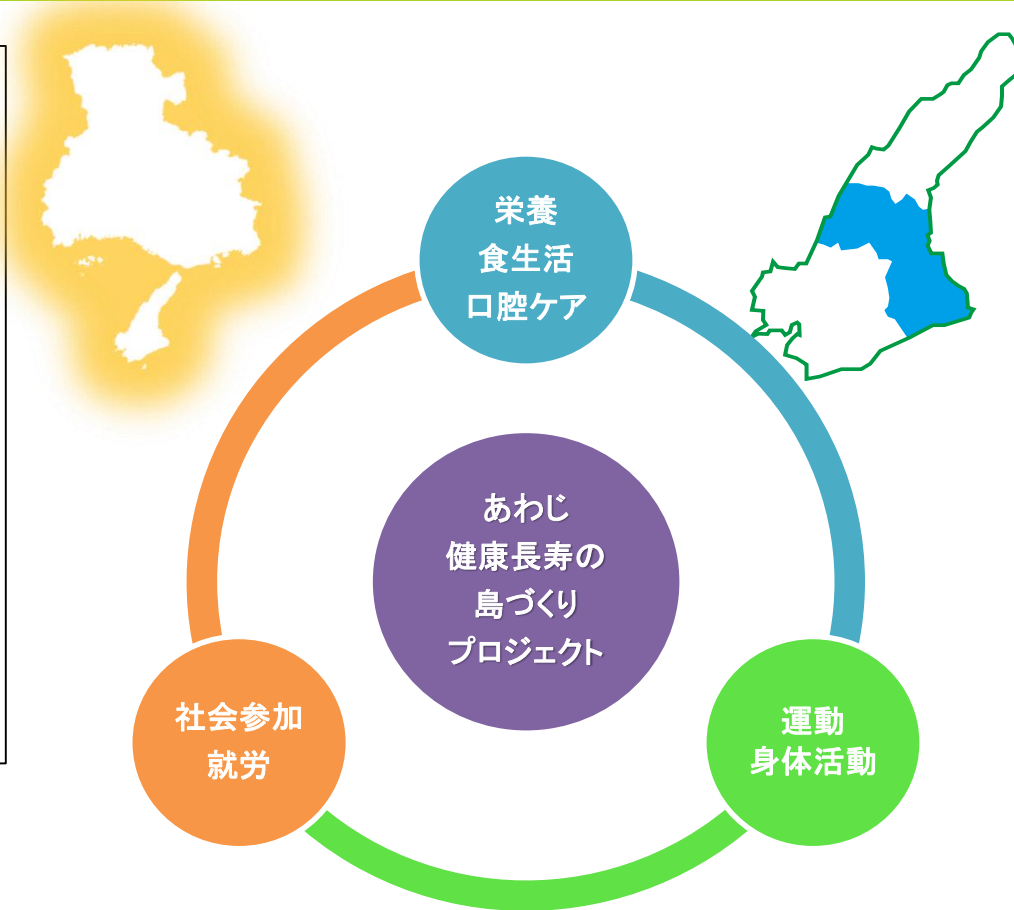
洲本市役所
理学療法士
生活支援
コーディネーター
畑山 浩志

洲本市における地域づくりのカタチ 口腔保健に関する予防強化推進モデル事業



淡路島（洲本市）の概要

かつて朝廷に
食材を献上する
「御食国
（みけつに）」と
して知られた淡路
島は、現在も食料
自給率100%以上
を誇る**“食の島”**。
海産物、野菜、
米、淡路ビーフ
など
さまざまな食材に
恵まれている。



洲本城（別名三熊城）

65歳以上
高齢化率
37.0%（淡路島）
県下で最も進んでいる

65歳以上就業率
31.2%（淡路島）
県下で一番高い



あわじ健康長寿の島づくり
プロジェクト

すそとにすそ〜っと



サワラ



由良の“赤ウニ”



淡路ビーフ



タマネギ

人口：42,178人（↓）

面積：182km² 人口密度：236人/km²

高齢者人口：15,386人（→）

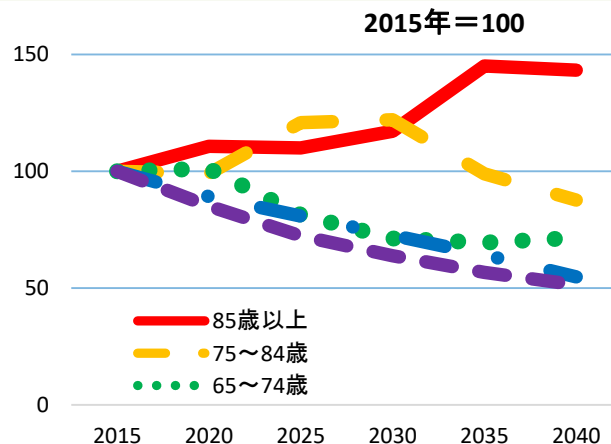
高齢化率：36.5%（↑）

高齢独居世帯の割合：15.8%

90歳以上人口

H27：1,047人→R2：1,422人（2022年2月末現在）

介護保険認定率：20.7%（全国18.5%） 調整済み認定率：18.7% 第1号保険料月額：5950円



洲本市

介護福祉課 長寿支援係
地域支援事業

認知症総合支援事業

在宅医療
介護連携
推進事業

地域
ケア
会議

生活支援
体制整備
事業

介護予防・日常生活
支援総合事業

健康寿命の延伸と健康格差の縮小 ～ともに支え合い人にやさしい地域社会の実現～

要支援等高齢者

一般等高齢者

いつまでも
元気で
洲本市に
住み続けましょう



高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施

地域課題
地域診断

高齢者の生活と心身状態の実態把握調査
→ GENKIすもっとフレイル・オーラルフレイル早期発見・早期対応事業
→ 口腔保健に関する予防強化推進モデル事業に係る調査研究
→ 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

介護予防
ケアマネ
ジメント

生活課題の抽出とアセスメント
目標設定・モニタリングと評価
→ ケアマネジメント支援会議 → 洲本・五色庁舎部会
→ 自立支援型地域ケア個別会議 → モニタリング検討会

短期集中
サービス

期間限定の生活行為障害の課題解決型
→ GENKIすもっとトライ教室
→ 専門職による個別訪問相談

継続実施
サービス

継続参加で重度化防止
再発予防、健康管理
→ リハビリ教室

地域づくりによる介護予防

容易に通える範囲の通いの場での社会参加
住民主体の体操等による状態の維持
→ いきいき百歳体操、ミニデイ、ふれあいサロン・給食サービス、など

GENKIすもっとプロジェクト

在宅医療・介護連携

→ フレイル・オーラルフレイル
→ すもっとワーク、多職種連携研修
→ フットケア、熱中症、感染症
→ スマ・スマートウォッチ健康管理事業
→ 心不全、誤嚥性肺炎、骨粗鬆症

認知症総合支援

→ 認知症予防健診、認知症啓発
→ オレンジカフェ、認知症ミニデイ
→ 認知症サポーター、キャラバンメイト
→ 認知症官民協議会

生活支援体制整備

→ SCチーム員会議就労支援検討会
→ 軽度生活援助、配食サービス、外出支援
→ 健康安全運転講座 → 出前講座
→ 就労、防犯、防火、防災
→ ICT・IoT等の活用

スマホ体験会
オンラインの通いの場
オンライン講座
アプリの活用

スマホ・スマートウォッチの活用

自助互助
生活支援
活躍参加

高齢者就労・ボランティア

元気な高齢者の増加

→ GENKIすもっと体操 → GENKIすもっとサポーター → 元気はつらつ教室



都市感と田舎
感が調和した
「トカイナカ」な
“まち”

淡路島いきいき百歳体操まっぷ

令和元年12月

- 洲本市… 86ヶ所
 - 南あわじ市… 81ヶ所
 - 淡路市… 123ヶ所
- 計290ヶ所

いきいき百歳体操の登録者状況
(平成31年3月末現在)

	洲本市	南あわじ市	淡路市	島内
会場カ所数	84	78	113	275
総数	1,058	1,414	2,618	5,090
登録人数				
男	198	196	378	772
女	860	1,218	2,240	4,318
平均年齢	77.0歳	78.8歳	79.8歳	78.5歳
最高年齢の年齢				
男	95歳	93歳	96歳	96歳
女	102歳	95歳	98歳	102歳
90歳以上の人数				
男	4	6	43	53
女	38	21	189	248
75歳以上の人数				
男	89	142	253	484
女	505	878	1,559	2,942
要介護(要支援、認定者数)				
総数	89	253	554	896
(割合)	(8.4%)	(17.9%)	(21.2%)	(17.6%)



「いきいき百歳体操」の特徴
 ・手足におもいをつけて行います。
 ・おもいは、0.24kgまで調整できます。
 ・準備体操、7種類の筋力運動を合わせた約40分のプログラムです。
 ・身体が弱い方でも行えます。
 ・椅子を使って行う、ゆっくした運動です。
 ・誰でも楽しめる簡単な動作です。

毎週水曜日 自立支援型地域ケア個別会議を実施



管理栄養士

事務員

理学療法士

健康運動指導士

保健師

理学療法士

歯科衛生士

介護福祉課 長寿支援係 生活支援コーディネーター

『地域づくり』の3本柱

介護予防(通いの場)
 自立支援(ケア会議)
 生活支援(助け合い)

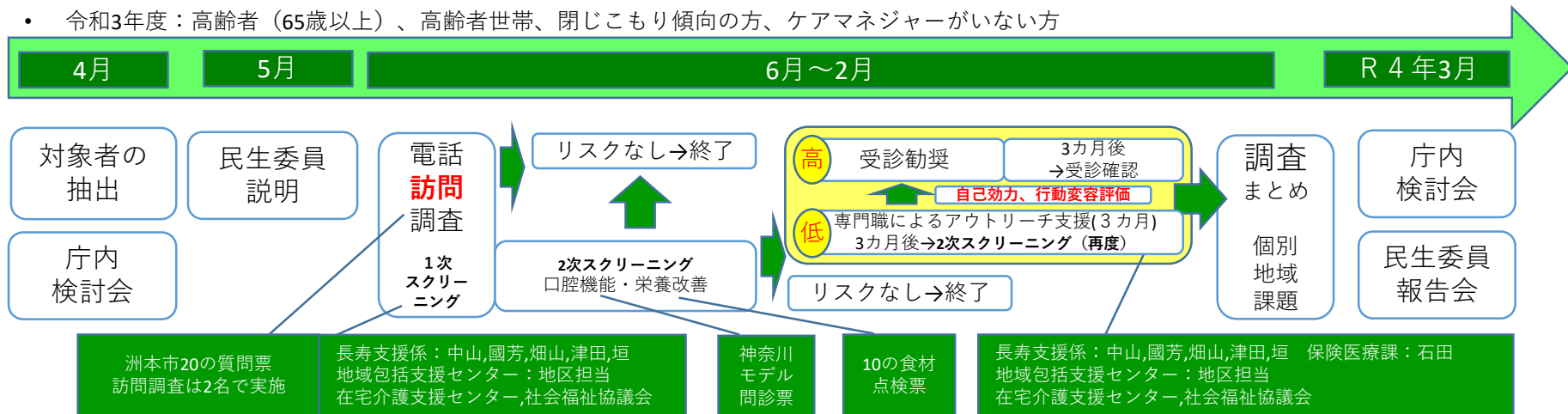
個人で「やりたい」こと
 ↓
 仲間で「やりたい」こと
 ↓
 地域で「やりたい」こと

SUMOTO

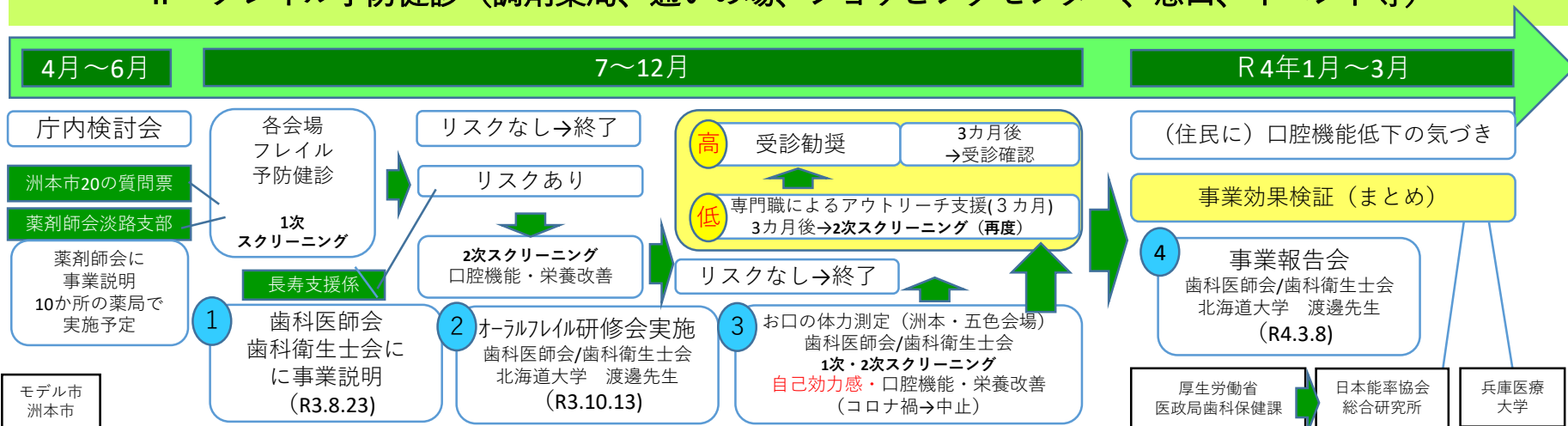
GENKIすもっと フレイル・オーラルフレイル早期発見・早期対応事業

I フレイル状態が予測される閉じこもり傾向にある高齢者への実態調査

- 令和2年度：高齢者（65歳以上）、独居、閉じこもり傾向の方、ケアマネジャーがいない方
- 令和3年度：高齢者（65歳以上）、高齢者世帯、閉じこもり傾向の方、ケアマネジャーがいない方



II フレイル予防健診（調剤薬局、通いの場、ショッピングセンター、窓口、イベント等）



III 口腔保健に関する予防強化推進モデル事業（歯科疾患の一次予防モデル事業の検証）

IV フレイル・オーラルフレイル普及啓発事業（研修会、通いの場、ケーブルテレビなど）

令和3年度フレイル・オーラルフレイル予防健診実施数

(2022年1月末時点)

場所	人数（人）	口腔に問題がある人（人）	口腔に問題がある人の割合（％）
出前講座（サロン・老人会等）	93	70	70.8
かみかみ百歳体操	219	164	74.8
イオン	102	69	67.6
薬局・個別訪問	206	147	71.3
閉じこもり調査（電話）	63	34	53.9
合計	683	484	70.8

※口腔に問題がある人とは、GENKIすもっとフレイルチェック票にて以下4項目中、1つでも当てはまった方

- ☐ 半年前に比べて固いものの食べにくくなりましたか
- ☐ お茶や汁物等でむせることがありますか
- ☐ 口がかわきますか
- ☐ 舌がもつれる（しゃべりにくい）ことがありますか

フレイル・オーラルフレイル予防健診様子

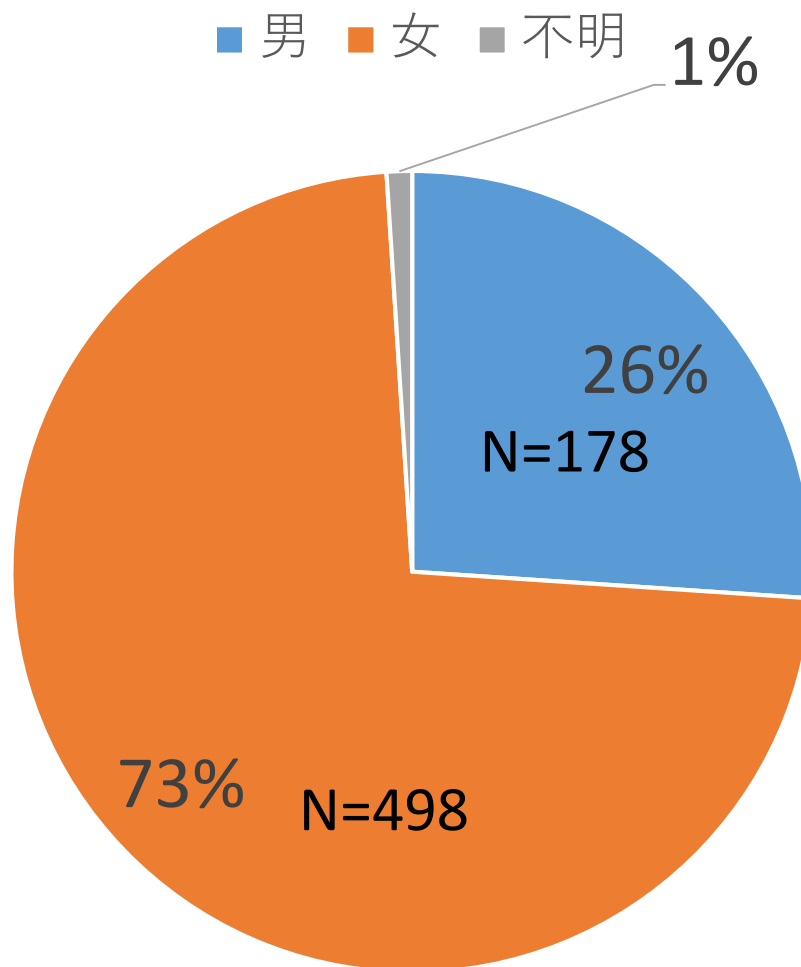
イオン薬局洲本店



閉じこもり調査にて訪問

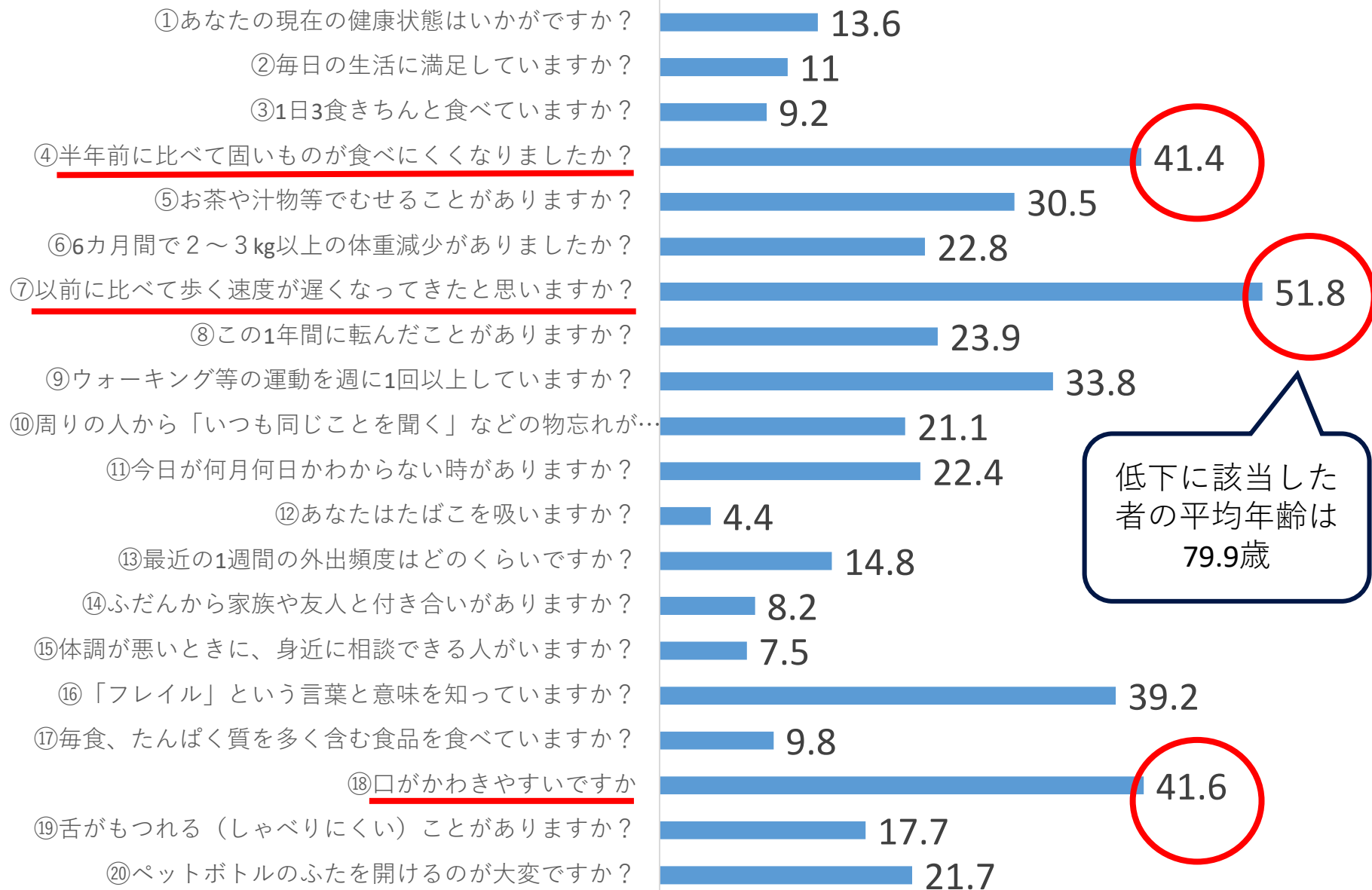


令和3年度オーラルフレイル予防健診実施男女比(N=683)

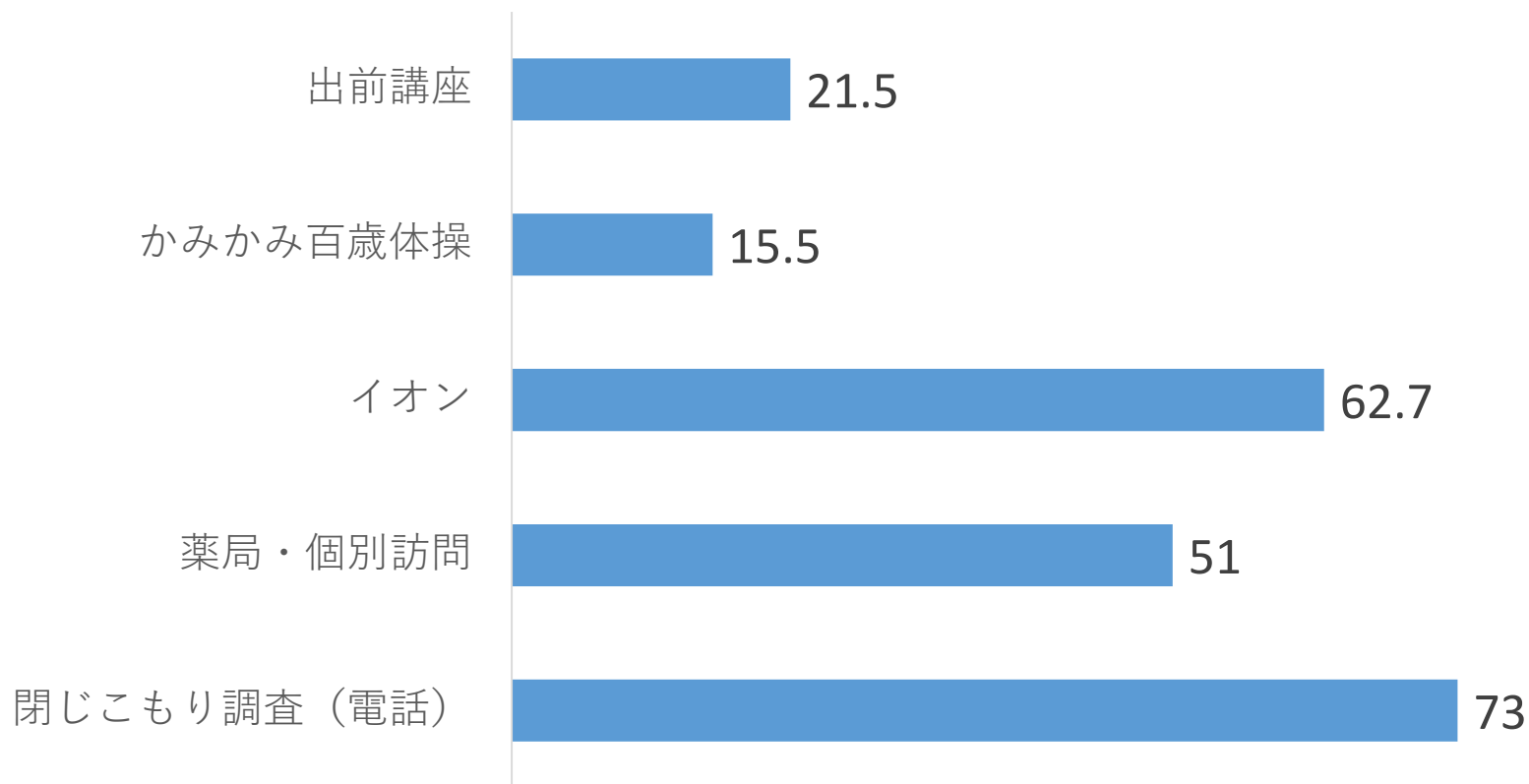


フレイルチェック低下

該当者割合 N=683 (%)



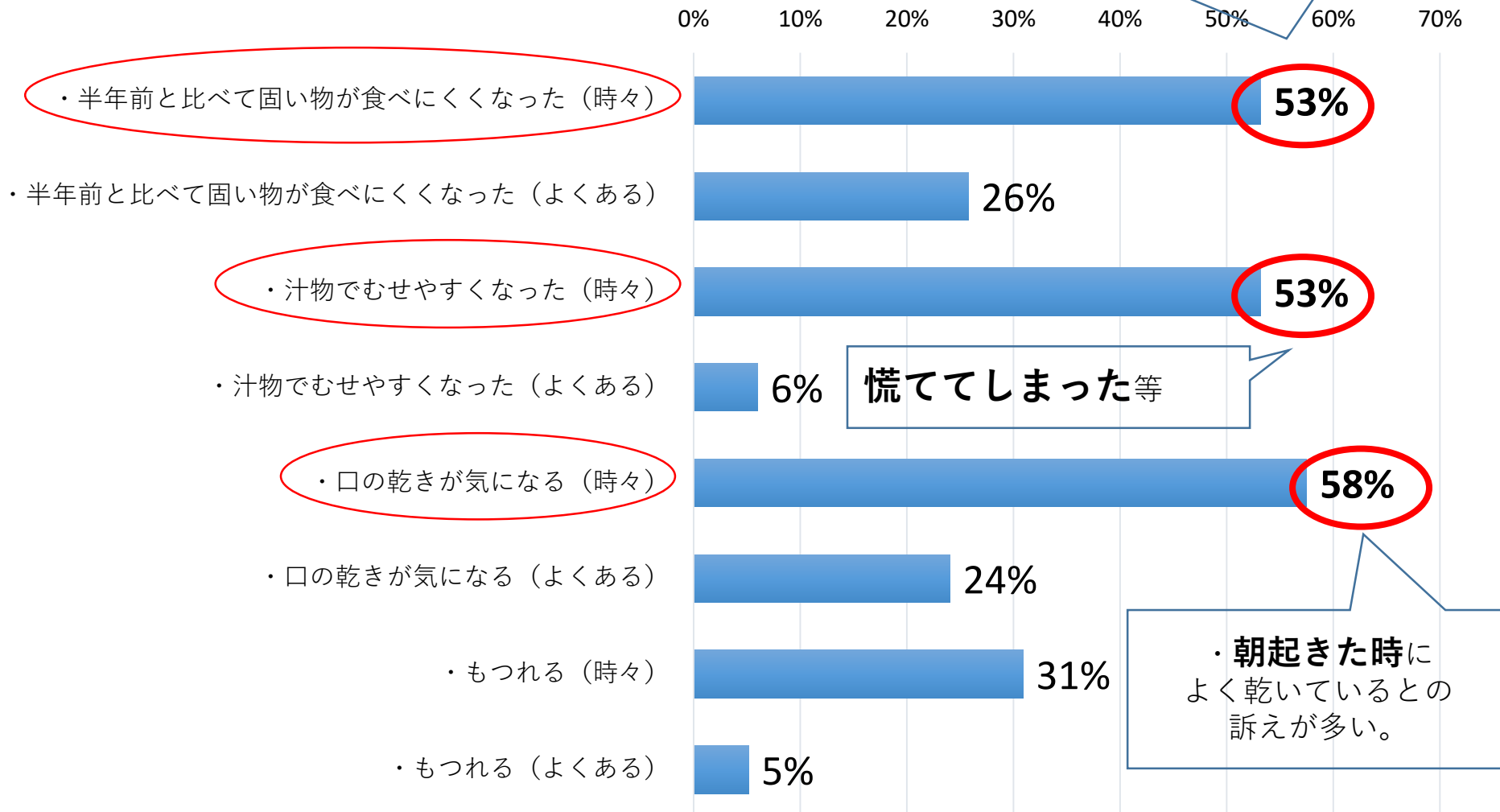
【フレイル認識】言葉も意味も知らない 該当者割合 (%)



出前講座、かみかみ百歳体操では「フレイル」についてポピュレーションアプローチを行っていることもあり、言葉も意味も知らない人の割合が低い。イオンや閉じこもり調査においては、知らない人の割合が高い。

オーラルフレイル健診 口腔の問題 項目別割合

- ・義歯だから噛みにくいという自覚がある
- ・歯の調子が悪い。義歯が合わず、困っている場合 等



口腔 2次スクリーニング結果

オーラルフレイル健診より以下口腔の項目にてリスクのある者に口腔二次スクリーニング実施

- ④半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか？
- ⑤お茶や汁物等でむせることがありますか？
- ⑮口がかわきやすいですか
- ⑯舌がもつれる（しゃべりにくい）ことがありますか？



いずれか1つでも該当した場合
以下口腔二次スクリーニング実施

質問項目	はい	いいえ
半年前と比べて、堅いものが食べにくくなった	2	
お茶や汁物でむせることがある	2	
義歯を使用している	2	
口の乾きが気になる	1	
半年前と比べて、外出が少なくなった	1	
さきいか・たくあんくらいの堅さの食べ物を噛むことが出来る		1
1日2回以上、歯を磨く		
1年に1回以上、歯科医院を受診している		
合計		点
総合計		点

4点以上で
リスクあり

口腔二次スクリーニング結果

オーラルフレイル健診より二次スクリーニング対象者

484人（全体の70.8%）



（仮説）484人全員
2次スクリーニング実施



7割該当

口腔機能低下該当者推計

338人



3 か月後



二次スクリーニング実施できた人数

102人（対象者の21.0%）



2次スクリーニングを実施した約7割が口腔機能低下該当者（4点以上）

口腔機能低下該当者（4点以上）人数

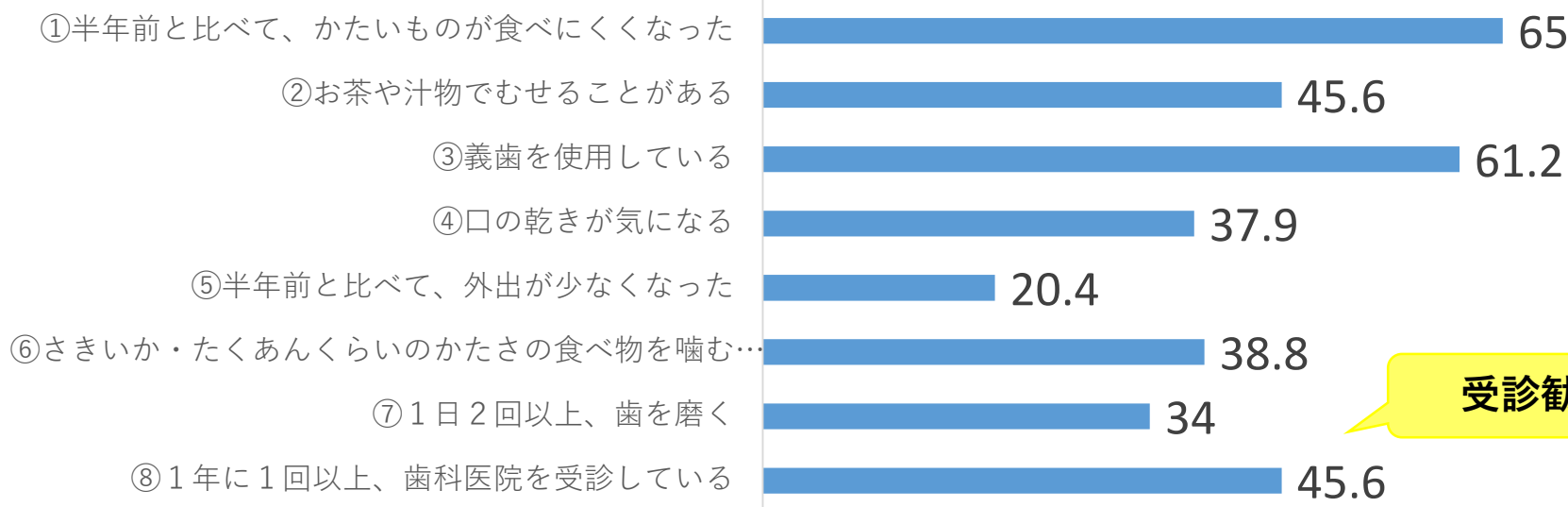
75人（対象者の72.8%）



3ヶ月後二次スクリーニング実施人数

14人（対象者の18.6%）

口腔二次スクリーニング低下 該当者割合 N=102 (%)



受診勧奨

4点以上で介入の拒否

困っていないから

- ・ 歯医者に行くのが怖い
- ・ コロナ禍で歯医者に行きにくい
- ・ 家族に依頼するのが申し訳ない
- ・ 生活保護・行くための手段もなし
- ・ 義歯をほとんど装着していないから
(食事時のみ・人と会うときのみ・固い物を食べる時のみ)
- ・ 何をするのも面倒
- ・ パンフレットの郵送も拒否

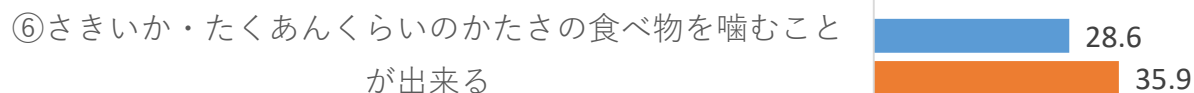
【歯科受診】口腔二次スクリーニング低下 該当者割合 (%)

歯科受診あり	歯科受診なし
49人	39人

■ 受診あり ■ 受診なし



歯磨きを1日1回しかしていない人は、**朝**が最も多い。

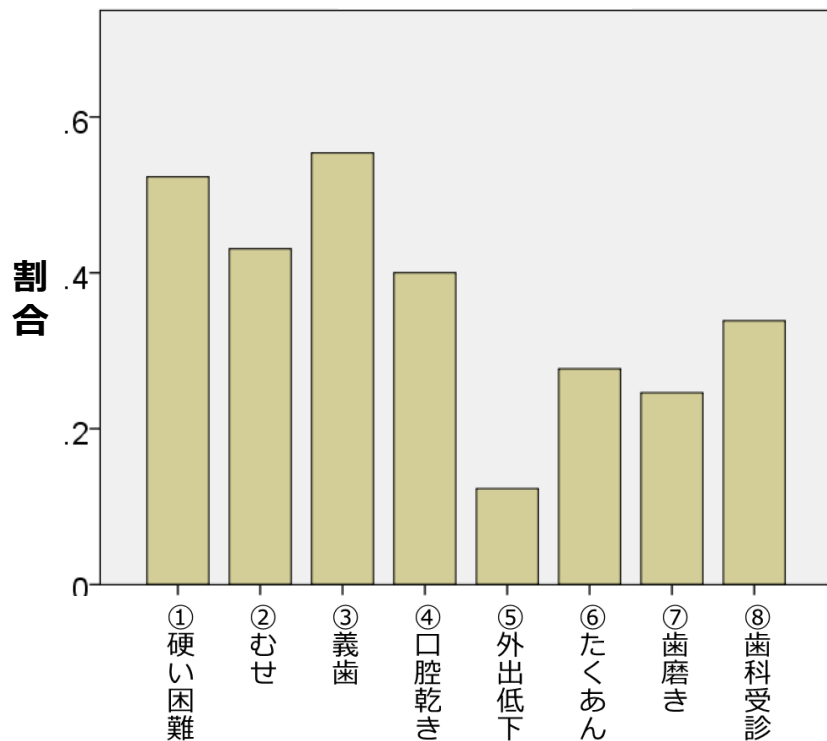


歯科受診をしていない人は、1日2回以上歯を磨かない割合が高い。

閉じこもり有無とオーラル二次質問

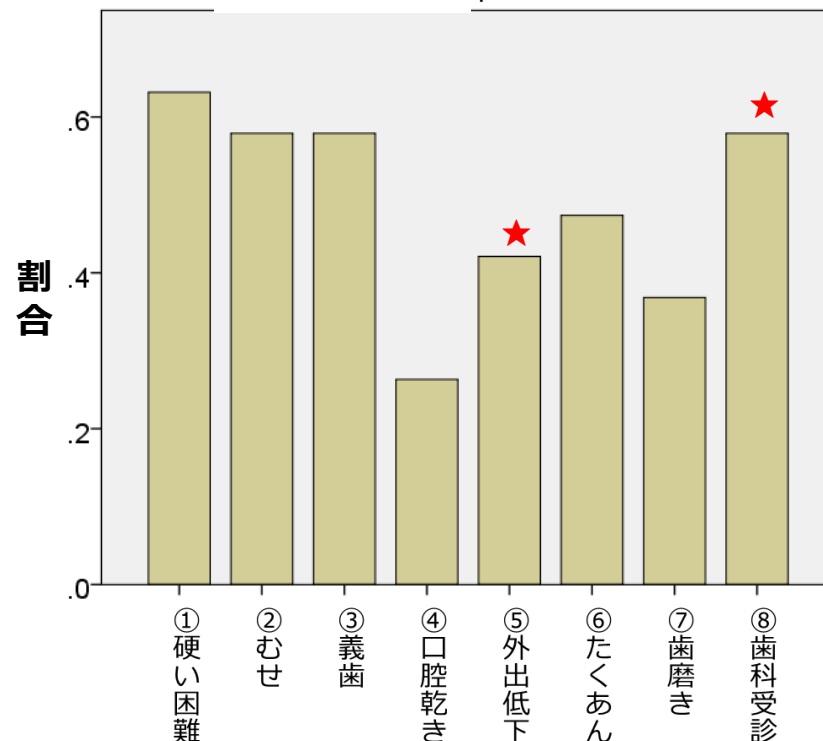
N = 85

閉じこもり無し



閉じこもり有

★ 閉じこもりの有無で
有意差が認められる項目



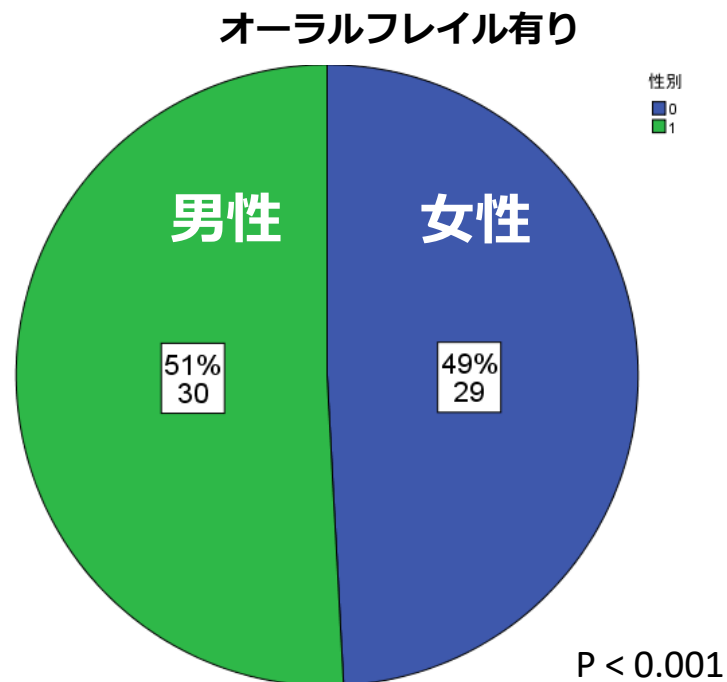
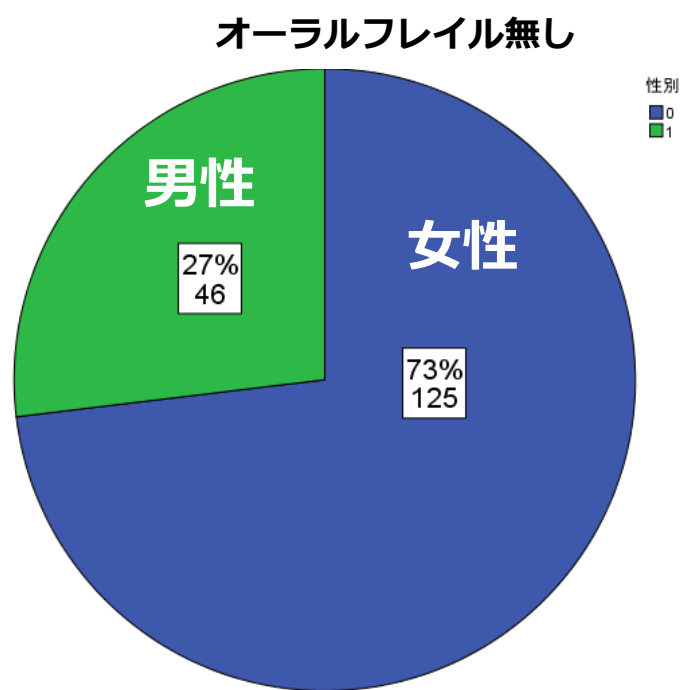
閉じこもり高齢者は外出頻度低下、歯科受診頻度が有意に低下

兵庫医療大学 永井宏達先生による分析結果

オーラルフレイル有無と男女差

※FCで口腔機能項目に減点がなかった人を、非オーラルフレイルとして解析対象に包含

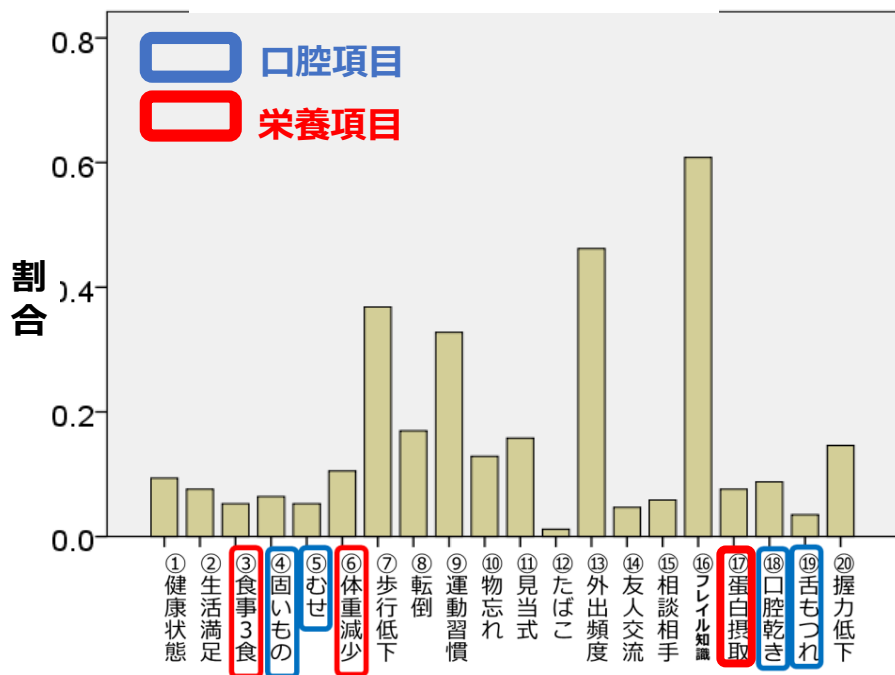
N=230



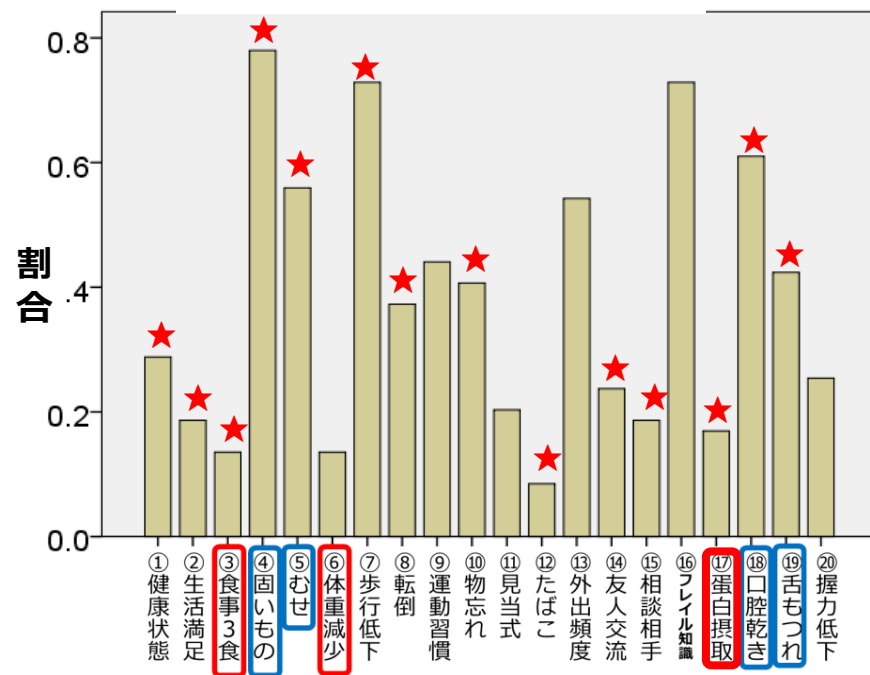
オーラルフレイルは男性が有意に高い

オーラルフレイル有無とフレイルチェック

オーラルフレイル無し



オーラルフレイル有り



★ オーラルフレイル有無で有意差が認められる項目

オーラルフレイルは全般的なフレイルと密接に関連

兵庫医療大学 永井宏達先生による分析結果

歯科受診の有無とフレイルチェック総合点

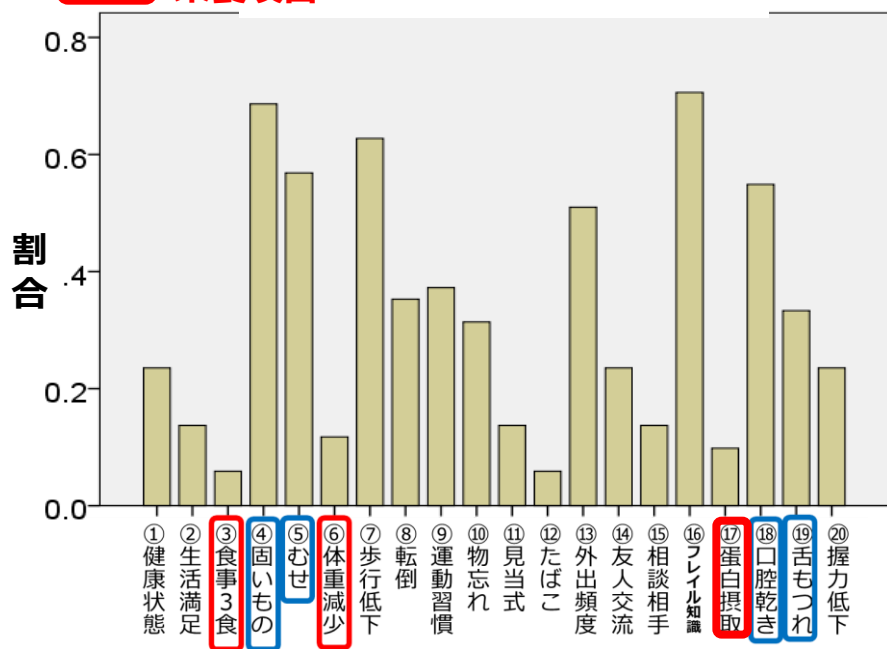
N = 85

※分析対象者が少ないため有意差が出にくくなっている

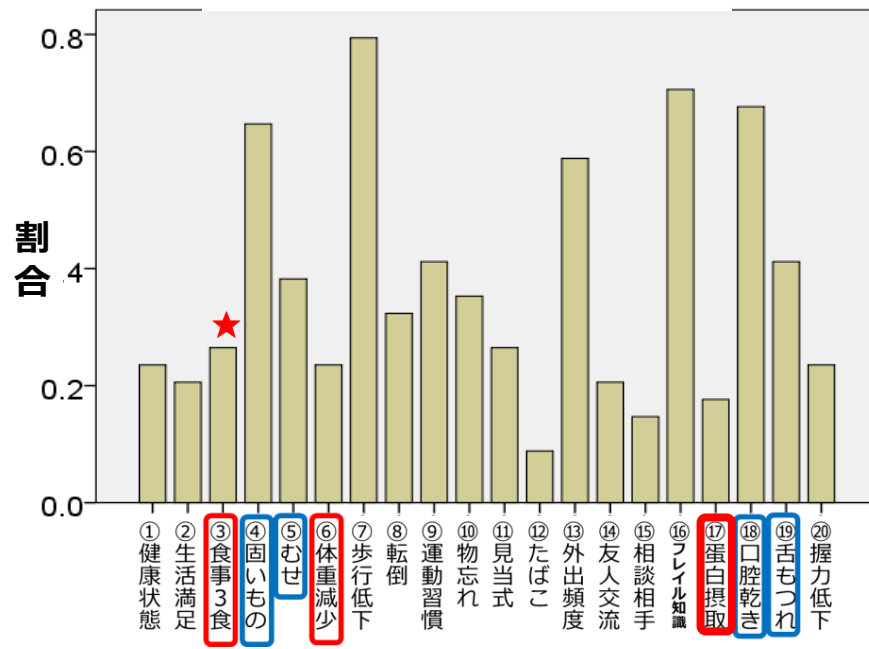
□ 口腔項目

□ 栄養項目

歯科受診有り



歯科受診なし



★ 歯科受診の有無で有意差が認められる項目

歯科未受診者は3食きちんと食べていない割合が高い

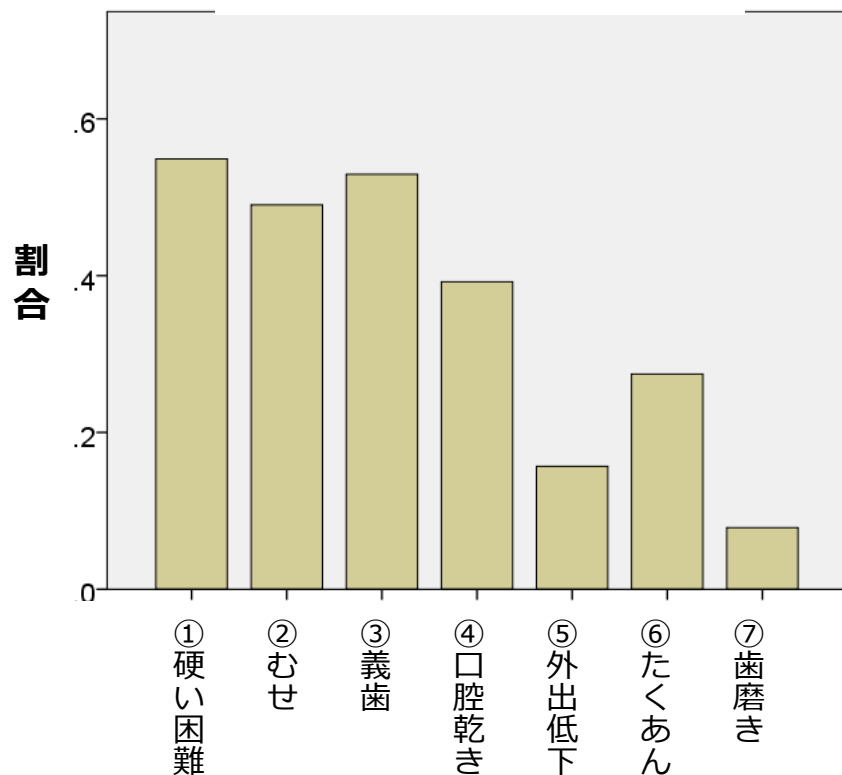
兵庫医療大学 永井宏達先生による分析結果

歯科受診の有無とオーラル二次低下該当

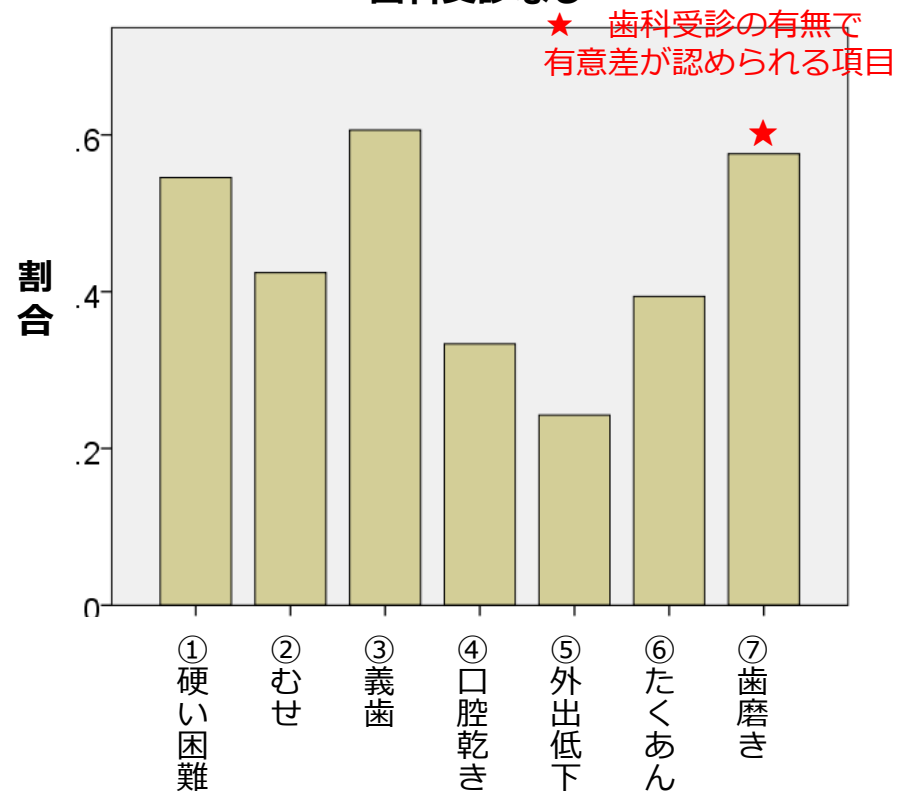
N = 85

※分析対象者が少ないため有意差が出にくくなっている

歯科受診有り



歯科受診なし



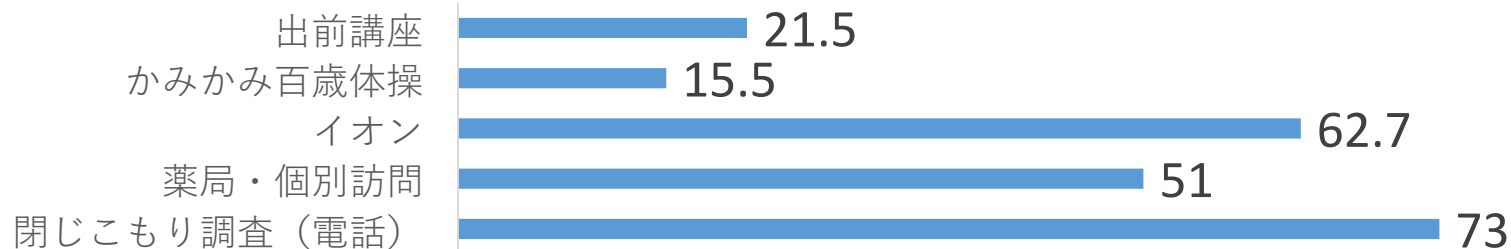
★ 歯科受診の有無で
有意差が認められる項目

歯科未受診者は1日 2 回以上歯を磨いていない割合が極めて高い

来年度に向けて

① 引き続き『フレイル』の啓発と普及！

フレイルの言葉や意味を知らない割合（％）



場所	人数（人）	口腔に問題がある人（人）	口腔に問題がある人の割合（％）
出前講座（サロン・老人会等）	93	70	70.8
かみかみ百歳体操	219	164	74.8
イオン	102	69	67.6
薬局・個別訪問	206	147	71.3
閉じこもり調査（電話）	63	34	53.9
合計	683	484	70.8

知らない
興味なし



イオンや薬局等の
フレイル健診

通いの場の
ポピュレーション
アプローチ

ケーブルテレビ等
のオンライン活用
等

気付く
自分の身体に
興味をもつ



② フレイルチェック票見直し R4年度フレイル健診質問票（案）

GENKIすもっとフレイルチェック票

実施日 令和 4年 月 日

性別 ☐ 男 ☐ 女

体重 kg

身長 cm

年齢 大・昭 年 月 日生 (歳)

居住地 ☐ 洲本市
☐ それ以外

質問文	回答
1 あなたの現在の健康状態はいかがですか？	☐ よい ☐ まあよい ☐ ふつ ☐ まあよくない ☐ よくない
2 毎日の生活に満足していますか？	☐ 満足 ☐ やや満足 ☐ やや不満足 ☐ 不満足
3 1日3食きちんと食べていますか？	☐ はい ☐ 時々、 欠食する ☐ いいえ
4 半年前に比べて固いもの(*)が食べにくくなりましたか？ (*)さきいか、たくあんなど)	☐ めったに ない ☐ 時々 ☐ よくある
5 お茶や汁物等でむせることがありますか？	☐ めったに ない ☐ 時々 ☐ よくある
6 6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか？	☐ いいえ ☐ はい ☐ 測って いない
7 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか？	☐ いいえ ☐ はい

質問文	回答
17 口がかわきやすいですか？	☐ めったに ない ☐ 時々 ☐ よくある
18 舌がもつれる（しゃべりにくい）ことがありますか？	☐ めったに ない ☐ 時々 ☐ よくある
19 毎食（朝・昼・夕）、たんぱく質を多く含む食品（肉、 魚、卵、大豆製品、牛乳・乳製品）を食べていますか？	☐ はい ☐ 時々、 欠食する ☐ いいえ
20 ペットボトルのふたを開けるのが大変ですか？	☐ いいえ ☐ はい
21 義歯を使用していますか？	☐ はい ☐ いいえ
22 1日2回以上、歯を磨きますか？	☐ はい ☐ いいえ
23 1年に1回以上、歯科医院を受診していますか？	☐ はい ☐ いいえ
24 1日に茶を6種類以上飲んでいる	☐ いいえ ☐ はい

最近1週間の食事をふりかえり、**毎日食べている食材に「はい」とお答えください**

(1) 肉（肉、ハムやソーセージ等の加工食品）	☐ はい ☐ いいえ
(2) 魚（魚・貝、かまぼこ・ちくわ等の加工品）	☐ はい ☐ いいえ
(3) 卵（鶏卵、うずら等の卵）※魚の卵は除く	☐ はい ☐ いいえ
(4) 大豆（豆腐・納豆・厚揚げ等）	☐ はい ☐ いいえ

- ・ 1次スクリーニング（20項目）と口腔2次スクリーニング（8項目）は同じ項目がある。一つにまとめることで、**1回で多くの情報を得る。**
- ・ 「1日2回以上歯磨きをしていますか」「1年に1回以上、歯科医院を受診していますか」を見ることで、その人の**歯に対する健康感**が見える。

14 ふたたび食事や水分がとれなくなりましたか？	☐ はい ☐ いいえ
15 体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか？	☐ はい ☐ いいえ
16 「フレイル」という言葉と意味を知っていますか？	☐ 言葉も意味も知っていた ☐ 言葉は知っていたが、意味は知らなかった ☐ 言葉も意味も知らなかった

結果について洲本市からご連絡させていただく場合があります。

☐ 同意する ☐ 同意しない

電話番号

署名

(フリガナ)

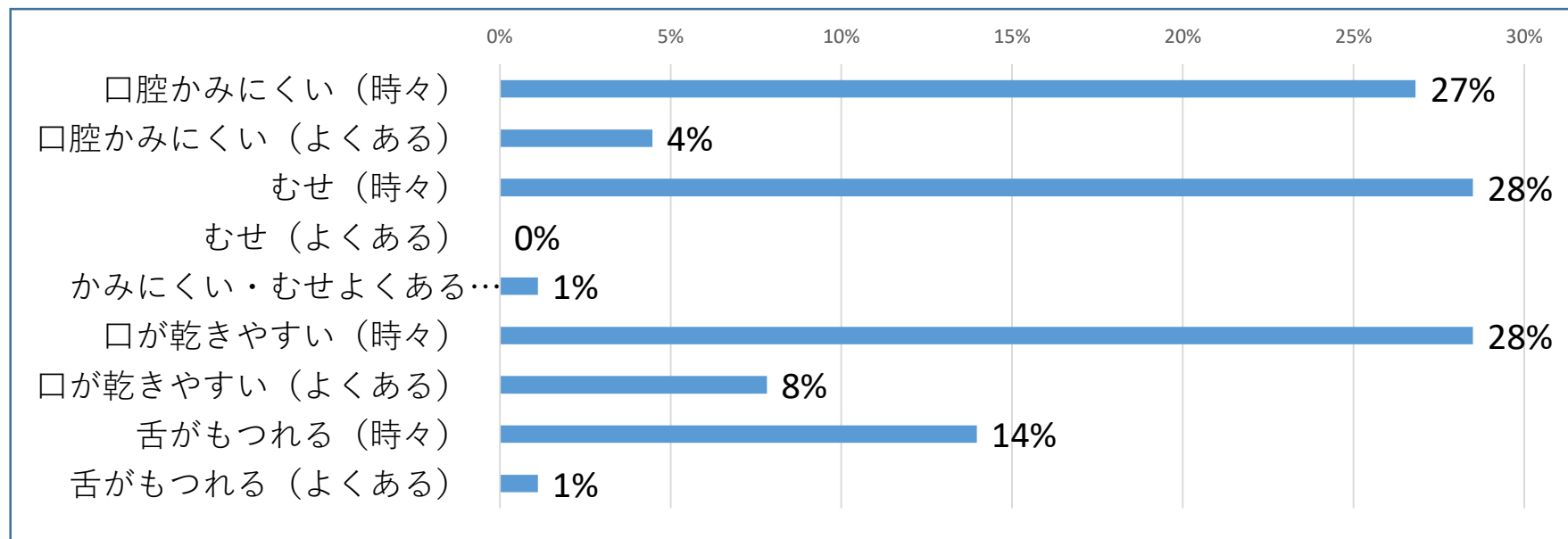
(名前)

裏面にもアンケートがあります。

【個人情報の取り扱いについて】個人が特定されない方法で統計・調査研究などに活用します。別項目以外には使用いたしません。

③ 支援媒体の見直し-1

フレイル健診：口腔＜65-74歳＞問題ある人 全体の**33%**を占める



噛みにくさやむせは少しはあるが、今は特に問題ではないから気にならない。
困っていない！

専門職

オーラルフレイルの入り口の対象者に**意識して欲しい！**→「**フレイル予防で若返り！**」等、良いイメージを持ってもらえるようなチラシも必要。

An illustration of two elderly people, a man and a woman, looking sad and thoughtful. The man on the left has grey hair and is wearing a green jacket. The woman on the right has grey hair and is wearing a pink jacket. Both have their hands near their faces in a pensive or distressed pose.



歯・口の機能低下が全身のさまざまな病気とつながっていることを知らなかったと答える方も多くいた。

コロナ禍のため、対面にて受診勧奨のチラシを見てもらいながら話をすることが出来にくかった。電話では伝えにくい。

★予約した歯科医院名

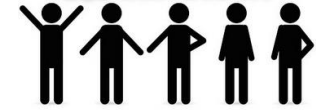
★予約日時

_____月_____日

_____時_____分

③ 支援媒体の見直し-2

口腔の問題は**多種多様**
個々に合わせたアプローチが複数回、または長期に必要となる



歯科受診に行きたいが、
家族に送迎を頼むことが
申し訳ない。



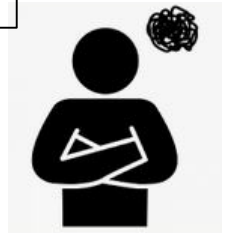
病気の受診（糖尿病等）
で精一杯。口まで考えら
れない。



フレイル
健診受診者

難聴や様々な家族構成、
疾患等問題はたくさん。

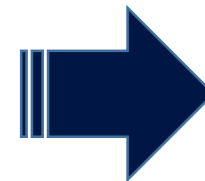
専門職



歯医者に行くのが面倒



問題は色々・・・



様々なチラシが
あれば視覚的に
伝えられる。

まとめ 高齢者

歯磨きは
1日1回（朝）
が多い



約70%
口腔問題
がある方
の割合

約50%
歯科受診
適用の方
の割合

約25%
歯科受診
年に0回
の割合

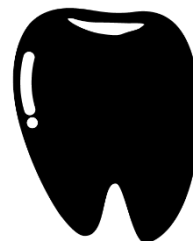


歯科受診の無い人は
規則正しい食事
歯磨きができていない

歯科受診したいが
高齢者は移動手段に
困っている



コロナ禍
2次スクリーニング↓
対面と電話
訪問（アウトリーチ）↓
受診勧奨の難しさ



口の機能低下が全身の
さまざまな病気とつながって
いることを知らない

オーラルフレイルは全般的な
フレイルと密接に関連がある



洲本市だからこそできることをカタチに



hiroshi_hatayama@city.sumoto.lg.jp