

くち お口の健康チェック

当てはまるものはありますか？

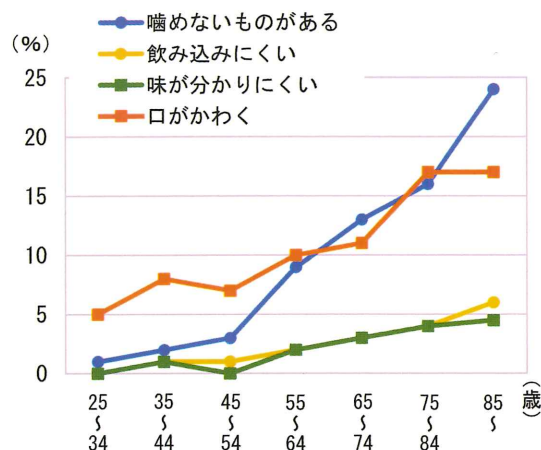
年齢による「お口の機能の変化」は誰でも起きることです。

1つでも当てはまる項目があれば ” かかりつけ歯科医院 ” を受診しましょう！

50代頃からお口の機能が低下すると言われていいますので注意が必要です。

- ☐ むせる・食べこぼす
- ☐ 食欲がない・少ししか食べられない
- ☐ 柔らかいものばかり食べる
- ☐ 活舌が悪い・舌が回らない
- ☐ お口が乾く・ニオイが気になる
- ☐ 自分の歯が少ない・あごの力が弱い

日本歯科医師会「オーラルフレイル対応マニュアル」より



上あご

痰など汚れが残っていませんか？

乾燥

口の中は乾燥していませんか？
(ヒリヒリ・味がしない)

入れ歯

入れ歯は合っていますか？
入れ歯は汚れていませんか？

歯と歯ぐきの間

食べかすが残っていませんか？

粘膜

口内炎はありませんか？

歯

むし歯やグラグラした歯はありませんか？

歯垢がついていませんか？

舌に汚れがついていませんか？
(白または黒っぽい)

一般社団法人 **佐賀県歯科医師会** 在宅歯科医療推進連携室

〒840-0045 佐賀市西田代2丁目5-24

[TEL]0952-25-2291 [WEB]<http://www.saga-dental.or.jp/>

佐賀県歯科医師会

検索