

# オーラルフレイルのスクリーニング問診票



|      |  |    |  |    |  |
|------|--|----|--|----|--|
| 社員番号 |  | 氏名 |  | 年齢 |  |
|------|--|----|--|----|--|

■チェック実施日 2019年 月 日 ※記入しないでください

あなたのオーラルフレイルをチェックするための問診票です。

下記①、②について事前に記入していただき、歯科健診時にご持参ください。※①については合計点数もご記入ください

## ①【オーラルフレイルチェック】

あてはまる方の数字に○をつけ、その合計点数も記入

| 質問項目                         | はい | いいえ |
|------------------------------|----|-----|
| 半年前と比べて、硬いものが食べにくくなった        | 2  | 0   |
| お茶や汁物でむせることがある               | 2  | 0   |
| 義歯を使用している                    | 2  | 0   |
| お口の乾きが気になる                   | 1  | 0   |
| 半年前と比べて、外出が少なくなった            | 1  | 0   |
| さきイカ・たくあんくらいの硬さの食べ物を噛むことができる | 0  | 1   |
| 1日に2回以上、歯を磨く                 | 0  | 1   |
| 1年に1回以上、歯医者に行く               | 0  | 1   |

\*①質問項目： 東京大学高齢社会総合研究機構・田中友規先生、飯島勝也先生 作表□

## ②【口腔乾燥チェック】

あてはまる項目に□をつける

- 夜にのどが渴いて目が覚める
- お口が渴いて食べ物が飲み込みにくい
- 目が覚めた時に口が乾燥していると感じる
- お口が渴いてしゃべりにくい
- お口の不快感（バサつき・ネバつき）を感じる
- お口が渴きやすく、口元が荒れている
- お口の渴きをしのぐために水を飲む
- お口の中が張り付くような感じになる

## ③【パタカチェック】

\* 1秒当たり

|      |   |
|------|---|
| バの発音 | 回 |
| タの発音 | 回 |
| カの発音 | 回 |

### チェック結果

- オーラルフレイルの危険性は低い
- オーラルフレイルの危険性あり
- オーラルフレイルの危険性が高い

## ①の合計点数

| 合計の点数 | オーラルフレイルの評価     |
|-------|-----------------|
| 0～2点  | オーラルフレイルの危険性は低い |
| 3点    | オーラルフレイルの危険性あり  |
| 4点以上  | オーラルフレイルの危険性が高い |

東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規、飯島勝也ほか  
：第60回日本老年医学会学術集会

## ②チェック項目

口腔乾燥もオーラルフレイルの症状の一つです。  
チェック項目に1つでも当てはまるものがある場合、  
注意が必要です。

## ③パタカチェック

- ・「パタカラ」アプリで発生回数をチェック
- ・★1秒間あたり5回以下の数をカウント

| ★に該当 | オーラルフレイルの評価     |
|------|-----------------|
| 0個   | オーラルフレイルの危険性は低い |
| 1～2個 | オーラルフレイルの危険性あり  |
| 3個   | オーラルフレイルの危険性が高い |

①～③でひとつでもオーラルフレイルの危険性があった場合は、  
歯科医院でのご相談をおすすめします。