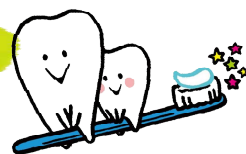


# 募集

お口の健康気にしてますか？



## 令和8年度オーラルフレイル予防 に取り組む企業を募集します！！

「オーラルフレイル」とは、お口のささいな衰えを言います。

以前よりも噛みにくくなった・むせやすくなった・飲み込みにくいなどは、オーラルフレイルのサインかもしれません。この状態を放置すると、お口の機能低下、食べることへの障害、さらには全身の衰えにつながります。令和3年度の県の調査結果では、40～50歳代の約2割にオーラルフレイルの兆候がみられるなど、働き盛り世代には身近な問題となっています。

県では職場単位で参加できるオーラルフレイル予防プログラムを実施しています。詳しい内容は裏面をご覧ください。

### 【昨年度の体験者の声】

- よくかんで食べよう！と意識するようになりました。
- 最初はどんなことをするんだろうと不安でしたが、楽しくトレーニングできました。
- 楽しかったです。気になっていたので、考えるきっかけになりました。



**通常の歯科健診とは違う**、機能測定で**“お口のカ”**を知るチャンスです。  
参加者には歯ブラシをプレゼント！  
詳しくは秋田県健康福祉部健康づくり推進課までご連絡ください。

TEL : 018-860-1426

E-mail : kenkou@pref.akita.lg.jp

担当 : 田代、熊谷

県北県南の企業・事業所はこちらの保健所の歯科衛生士が担当します

- 北秋田地域振興局大館福祉環境部（大館保健所）
- 仙北域振興局福祉環境部（大仙保健所）
- 平鹿地域振興局福祉環境部（横手保健所）

# オーラルフレイル予防プログラムについて

対象者	従業員、職員
会場	貴社内(スペースや机等をお貸し願います)
時間	一人5分程度
内容	月1回の口腔機能の測定 (お口の中は見ません) ◆舌・口唇の運動機能 ◆飲み込みの力 ◆舌の力
特典	計測日に歯ブラシプレゼント

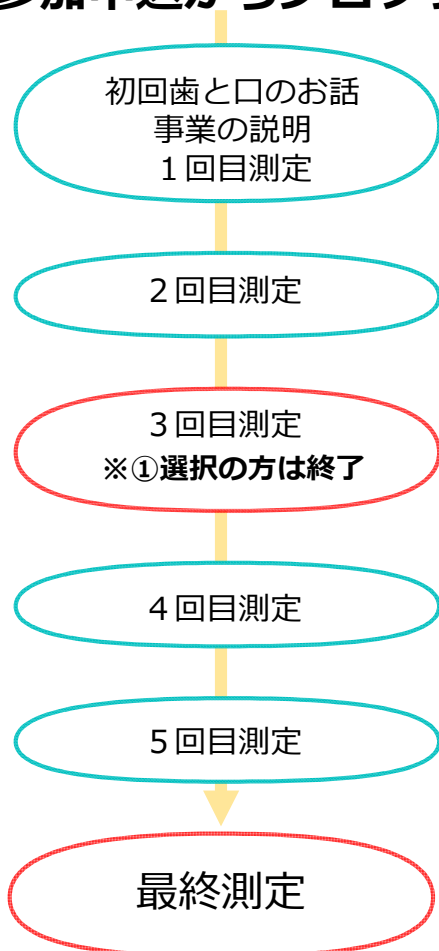
## ○プログラムは2つから選べます

- ① 3か月プログラム ……▶ 初回歯と口のお話 + 月1お口の測定3回
- ② 6か月プログラム ……▶ 初回歯と口のお話 + 月1お口の測定6回

※初回の歯と口のお話は、全員に集まっていただきます。

プログラムに応募されない方も初回歯と口のお話に参加できます。

## ○参加申込からプログラムの流れ



約1か月ごとに歯科専門職が訪問して口腔機能を測定

普段はご自宅で自主トレーニング！

トレーニング方法は  
こちらで準備してお渡します。



一般的な歯科健診では実施  
していない内容です  
参加お待ちしております！



# 令和8年度オーラルフレイル予防プログラムのご案内

## 1 目的

健康寿命の延伸のためには、加齢による心身の衰え（フレイル）に早めに気づき、予防することが欠かせません。

このプログラムは、オーラルフレイルの予防に取り組む企業を育成し、今後のオーラルフレイル予防の啓発に役立てることと、プログラムを実施することで参加者が自らの口腔機能に対する理解を促進することを目的としています。

## 2 主催

秋田県

## 3 参加対象

秋田県内の企業・事業所の従業員で参加を希望する方

## 4 実施期間

初回から3か月間もしくは6か月間程度（年内の終了を予定）

## 5 実施内容

### （1）秋田県口腔保健支援センター職員の訪問

センター職員が事業所を月1回訪問し、参加者の口腔機能の測定やアドバイスを1人5分程度で行います。事業所あたりの所要時間は参加人数によって増減します。

### （2）参加者

参加者は、センター職員の訪問時に口腔機能の測定を行います。個人にあったアドバイスをしますので、次回測定まで簡単なお口の自主トレをお願いします。

### （3）参加企業・事業所

- ① 参加者が測定するにあたって、その時間の確保をお願いします。
- ② 当日は、打ち合わせスペースやテーブルの確保について協力をお願いします。
- ③ 実施後は、県が行う参加者のアンケート調査等に協力をお願いします。なお、得られた内容については、オーラルフレイル予防の普及を図るため、企業・事業所やご本人の承諾を得た上で県が活用する場合がありますので、予め御了承ください。本事業で得られた個人情報や回答内容につきましては、本事業の中でのみ使用し、その他の目的に用いることはありません。
- ④ 社内報やWEB、SNSなどの掲載、従業員の家族や知人への紹介など、オーラルフレイルの予防に向けた啓発をお願いします。

## 6 申込み方法

1企業10名程度集まりましたらお知らせください。申込書を送付します。

募集は6か月プログラムは8月末、3か月プログラムは10月末までの予定ですが、予定人数（50名程度）に達した場合早めに締め切ることもあります。また、申込みいただいた企業・事業所の地域に偏りが出た場合、調整させていただく場合もありますので御了承ください。

## 7 お問い合わせ

秋田県健康福祉部健康づくり推進課口腔保健支援センター 担当：田代、熊谷  
E-mail : kenkou@pref.akita.lg.jp TEL: 018-860-1426