

## サンスター オーラルフレイルケア プロジェクト 「おくち元気チェック」アプリ 5月27日より配信開始 ～お口の元気度を数値化 スマホで簡単確認～

サンスターグループ（以下サンスター）は、お口の元気度を数値化しセルフチェックすることができる無料スマートフォンアプリ「おくち元気チェック」を2021年5月27日（木）より配信開始します。



日本は高齢者化率が20%を超えて超高齢社会に突入しており、高齢化問題が深刻になるなか、サンスターは、健康寿命の延伸に寄与すべく、2018年からいち早くオーラルフレイル予防に取り組んでいます。

この度開発した「おくち元気チェック」アプリは、お口の状態や機能に関するアンケートの回答と、スマートフォンの通話用マイクに向かって行う発音チェックによって、お口の元気度を数値化するアプリです。お口の状態によって、おすすめのケア情報などが表示され、オーラルフレイル予防に役立てることができます。

### 【開発背景】

サンスターの調査\*1によると、2020年12月現在の「オーラルフレイル」の認知率は18.3%とまだ浸透していないのが実態です。また、オーラルフレイルについて知っていても、自分自身がオーラルフレイル状態にある、もしくは自分自身にもオーラルフレイルの危険性があると自覚している方は非常に少なく、実態と認識のギャップが大きいことがわかりました。実際に、オーラルフレイルに関連する症状を感じている方が65.4%に対し、オーラルフレイルの説明を受けた後、「自分自身がオーラルフレイル状態にあると思う」と認識している方はわずか16.4%にとどまっています。

これらより、オーラルフレイルの認知を広げるだけでなく、オーラルフレイルを自分の身に起こりうることだと捉えてもらうことが重要だと考え、自分自身のお口の状態や機能を把握するためのツールとして「おくち元気チェック」アプリを開発しました。コロナ禍で会話が減少し、口の動きも衰えている危機的状況の中、オーラルフレイルに早期に気づき、対策をするためのツールとして、本アプリをぜひ活用してみてください。

\*1 サンスター調べ：50歳～79歳男女1,036名、2020年12月実施

## 【アプリ監修・平野浩彦医師(東京都健康長寿医療センター 歯科口腔外科 部長)コメント】

近年、高齢期における口の機能低下「オーラルフレイル」が注目されて、要介護のリスク、さらには死亡のリスクも高まることが指摘されています。オーラルフレイルは 65 歳以上の高齢者の方々だけの問題ではなく、40～50 代の皆さんにも重要な問題です。年齢を重ねると、滑舌の低下（言葉の不明瞭さ）、むせなどの症状がどなたでも少なからず生じます。こういったささいな口のトラブルを“歳のせい”にせず、しっかりと良い意味で“あらがって”いくことがオーラルフレイルへの対応になります。8020 運動で 80 歳の 5 割以上の方が 20 本以上の歯を残せるようになった今、その整った口をいつまでもしっかりと機能させていく心がけが必要です。そのためにもオーラルフレイルへの理解を深めてください。

## 【オーラルフレイルとは】

「オーラルフレイル」とは、滑舌の低下、食べこぼし、飲食時の「むせ」といったささいなお口の衰えからはじまり、お口の機能が低下し、食べる機能の障害へと進む現象を指し、これが、体力・筋力の低下を招き、全身のフレイル（虚弱）につながるという新たな概念です。

## 【おうち元気チェックアプリとは】

「おうち元気チェック」アプリは、スマートフォンを用いて、お口の状態や機能に関するアンケートの回答と、スマートフォンの通話用マイクに向かって行う発音チェックをすることによって、お口の元気度を数値化し、自身で確認できるアプリです。お口の状態によって、おすすめのケア情報などが表示され、オーラルフレイル予防に役立てることができます。

### お口の状態や機能に関するアンケート

「半年前と比べて、硬いものが食べにくくなった」、「お茶や汁物でむせることがある」といった、オーラルフレイルのリスクに加え、口腔乾燥、かむ力など、口腔機能にまつわる設問に「はい」か「いいえ」の二択で回答することで、お口の状態を測ります。

### 発音チェック

通話用マイクに向かって「パ・タ・カ」音を 5 秒間に連続で何回発音できるかによって、唇や舌の動きの状態を確認できます。「パ」の音で食べ物を口からこぼさない唇の働き、「タ」の音で上あごにしっかりくっつく舌の働き（食べ物を押しつぶす・飲み込む）、「カ」の音で誤嚥せずに食べ物を食道へと送る筋肉の働きについてチェックができます。

### 結果の表示

アンケートと発音チェックの結果は点数化およびレーダーチャート化され、お口の元気度を確認することができます。さらに、その結果をもとにおおすすめのケア方法を表示します。項目ごとに履歴を確認できる機能も搭載されているので、定期的にチェックすることでお口の元気度の推移を把握することも可能です。

対応 OS : iOS13.0 以降対応

※Android には対応していません

iPhone アプリ DL ページ : <https://apple.co/33M53LF>



QR コード



口腔機能アンケート

発音チェック



結果表示

おすすめケア方法

アプリ「おうち元気チェック」は、スマートフォンアプリ版以外に、地域コミュニティや調剤薬局、病院、歯科医院、ドラッグストアなど地域の様々な場で使用できるアプリ「おうち元気チェック PRO」も提供しています。お口の健康に対する意識が高まる場を中心にあらゆるタッチポイントを創出することで、オーラルフレイルに対する気づきの場を増やしていきます。

## 【2025年目標】

サンスターの消費者調査\*1では、オーラルフレイルを認知している人は18.3%。まずは2025年までに、関連団体などとの連携やサンスターの啓発活動を強化することで、オーラルフレイルの認知度を50%にまで増やすことを目標とし、今後も皆さまが健やかな歯とお口で、元気に楽しい毎日を過ごせるよう、啓発活動を強化し、サービス・情報の提供に努めてまいります。

\*1 サンスター調べ：50歳～79歳男女1,036名、2020年12月実施

## 【プロジェクトメッセージ“Mouth to Life”について】

オーラルフレイルは全身のフレイル（虚弱）と密接に関わっています。つまり、お口の健康は体と心の健康にまでつながっていると言えます。本プロジェクトでは、お口の健康が、人々の幸せな暮らし、生き方、そして命にまでつながっているということを、“Mouth to Life”というメッセージに込めロゴを開発しました。



## 【サンスターのこれまでのオーラルフレイルに関連する取り組み】

- ・80歳で20本以上の歯を保つことを目標にした「8020運動」の支援
- ・お口や舌の動きのセルフチェックやトレーニングができるスマートフォンアプリ「毎日パタカラ」の開発
- ・オーラルフレイルの予防啓発アニメーション、啓発冊子の作成
- ・自社の健康診断に「オーラルフレイルチェック」導入
- ・体験型啓発セミナー「オーラルフレイル気づきプログラム」の開発・提供
- ・オーラルフレイルサイトからの情報発信 URL：<https://jp.sunstar.com/oral-frail/>

## 【サンスターグループについて】

サンスターグループは、持株会社サンスターSA(スイス・エトワ)を中心に、オーラルケア、健康食品、化粧品など消費者向けの製品・サービスをグローバルに統括するサンスター・スイスSA(スイス)と、自動車や建築向けの接着剤・シーリング材、オートバイや自動車向け金属加工部品などの産業向け製品・サービスをグローバルに統括するサンスター・シンガポール Pte.Ltd.(シンガポール)を中核会社とする企業グループです。

## <お客様からのお問い合わせ先>

サンスターお客様相談室

TEL:0120-008241(平日 10:00～16:00 土日祝除く)