

2020年1月9日

＜オーラルフレイル意識調査＞ 身体への老化に大きな影響を与える “オーラルフレイル”の危険性がある人は5割以上！

サンスターグループ（以下サンスター）は「サンスター オーラルフレイルケア プロジェクト」の一環として、一般男女 600 名を対象に「オーラルフレイルに対する意識調査」を実施いたしました。その結果、65 歳以上の人の 5 割以上が「オーラルフレイルの危険性あり・危険性が高い」に該当することが判明しました。また、64 歳以下の人も習慣的な歯・口周りのケア方法に改善の余地があり、年代を問わずオーラルフレイル予防の必要があることがわかりました。

「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」など、ほんのささいなお口の衰えをきっかけに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）につながるという概念です。日本は世界に先駆けて超高齢社会を迎えます。50 歳以上の人口が全人口の 5 割を超える「2024 年問題」*1、約 800 万人いる団塊の世代が 75 歳以上の後期高齢者となる「2025 年問題」*2 など、日本が抱える超高齢社会の問題は深刻化しており、サンスターは健康寿命の延伸に貢献することを目指し「サンスター オーラルフレイルケア プロジェクト」を実施しています。

*1 *2 出典：「日本の将来推計人口（平成 29 年推計）」（国立社会保障・人口問題研究所）

http://www.ipss.go.jp/pp-zenkoku/j/zenkoku2017/pp_zenkoku2017.asp

＜調査概要＞	対象エリア	: 全国	
	対象者	: 20 歳以上の男女 600 人（有効回答数）	※5 歳刻み/各 50 名で均等に割付
	調査期間	: 2019 年 11 月 16 日～11 月 18 日	
	方法	: インターネット調査	

【調査サマリー】

TOPICS① ＜オーラルフレイル リスクチェック＞

2 人に 1 人が“オーラルフレイルの危険性あり・危険性が高い”という結果に

TOPICS②

65 歳以上のオーラルフレイルの兆候、「口の乾きが気になる」「さきいか・たくあんくらいの硬さのものが噛めない」が 2 割以上。64 歳以下でも歯・口周りのケア習慣がリスクにつながる

TOPICS③

“オーラルフレイルの危険性あり・危険性が高い”人は、食習慣やコミュニケーション量に問題があることが明らかに

TOPICS④

“オーラルフレイルの危険性あり・危険性が高い”人は、危険性が低い人に比べて食べたいものを我慢している割合が 2 倍以上高い

< 調査結果 >

TOPICS①

<オーラルフレイル リスクチェック>

2人に1人が“オーラルフレイルの危険性あり・危険性が高い”という結果に

まず、オーラルフレイルの問題がどの程度の人に影響を与えているかを明らかにするために、オーラルフレイル リスクチェックの設問を設けました。

オーラルフレイル チェックリスト					
質問	はい	いいえ	質問	はい	いいえ
01. 半年前に比べて、硬いものが食べにくくなった	2	<input type="checkbox"/>	05. 半年前に比べて、外出の頻度が少なくなった	1	<input type="checkbox"/>
02. お茶や汁物でむせることがある	2	<input type="checkbox"/>	06. さきいか、たくあんくらいの硬さの食べ物が噛める	<input type="checkbox"/>	1
03. 義歯を使用している	2	<input type="checkbox"/>	07. 1日に2回以上は歯を磨く	<input type="checkbox"/>	1
04. 口の乾きが気になる	1	<input type="checkbox"/>	08. 1年に1回以上は歯科医院を受診している	<input type="checkbox"/>	1

合計の点数が

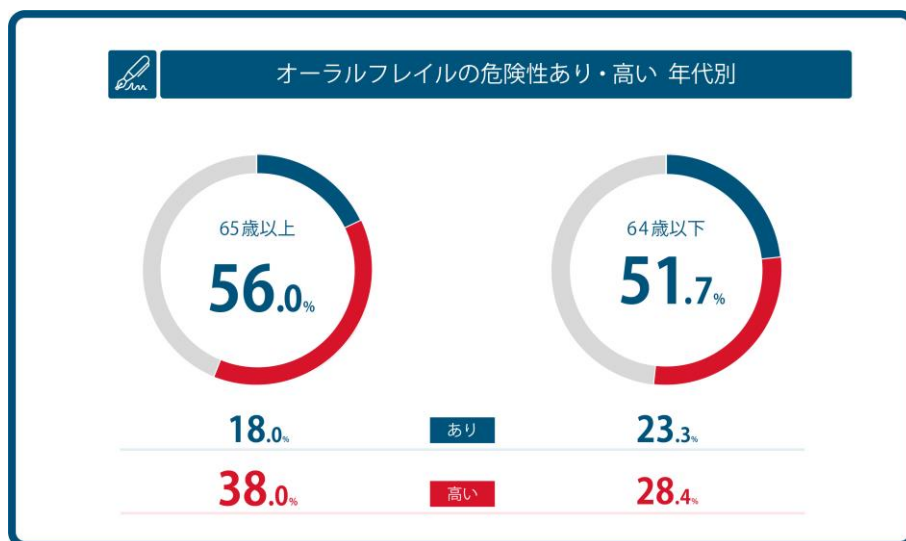
- 0-2点：オーラルフレイルの危険性は低い
- 3点：オーラルフレイルの危険性あり
- 4点以上：オーラルフレイルの危険性が高い

東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規 飯島勝矢

結果は、3点“オーラルフレイルの危険性あり”が22.0%、4点以上“オーラルフレイルの危険性が高い”が30.8%となり、5割以上がオーラルフレイルの危険に晒されていることが明らかになりました。



年代別に結果を見ると、65歳以上で“オーラルフレイルの危険性あり”が18.0%、“オーラルフレイルの危険性が高い”が38.0%という結果になりました。また、64歳以下だと“オーラルフレイルの危険性あり”が23.3%、“オーラルフレイルの危険性が高い”が28.4%という結果になりました。

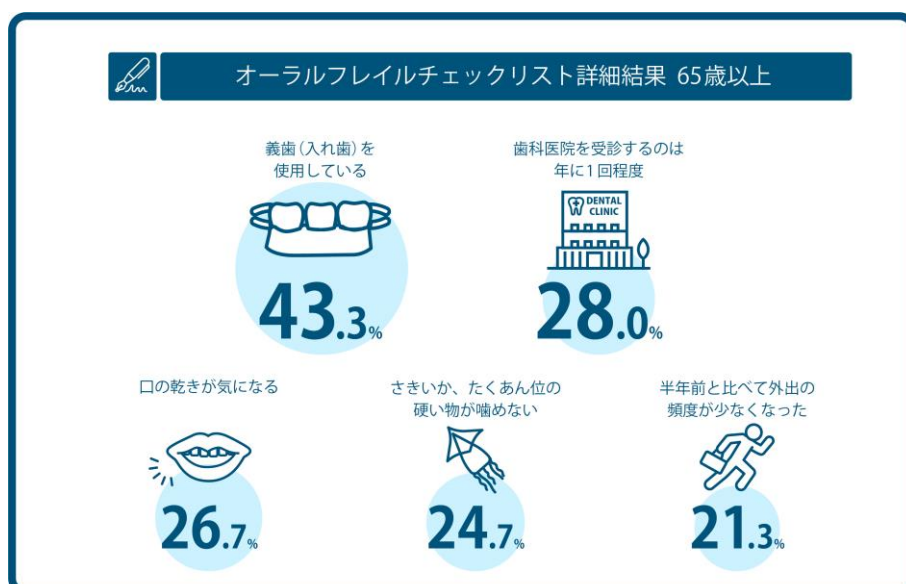


TOPICS②

65歳以上のオーラルフレイルの兆候、「口の乾きが気になる」「さきいか・たくあんくらいの硬さのものが噛めない」が2割以上。64歳以下でも歯・口周りのケア習慣がリスクにつながる

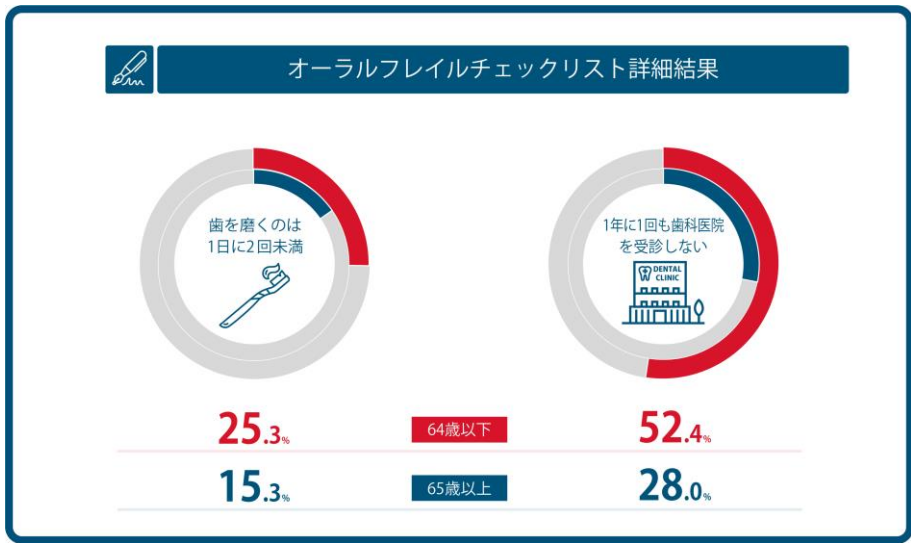
65歳以上の人についてオーラルフレイルリスクチェックの詳細な結果を見ると、「義歯（入れ歯）を使用している」の割合が43.3%となっており、義歯の適切な使用や、定期的な歯科医院での調整が課題となっています。

また、具体的なオーラルフレイルの症状である「口の乾きが気になる」「さきいか・たくあん位の硬さのものが噛めない」などの項目は、5人に1人以上が該当していることがわかりました。特に、「歯科医院の受診は1年に1回未満」の割合は28.0%に及び、65歳以上の人でも、多くの人が専門家による定期的なケアを受けていない実態が明らかになりました。



また、64歳以下の人のオーラルフレイルチェックリストの結果を見ると、65歳以上の人に比べて「歯をみがく頻度は1日に2回未満」「歯科医院の受診は1年に1回未満」のスコアが10%以上高い結果となり、統計的検定（5%水準）で有意差があることがわかりました。

このような傾向が64歳以下の人でも“オーラルフレイルの危険性あり・危険性が高い”が5割以上という結果につながっており、習慣的な歯・口周りのケア方法や意識に改善の余地があることが示唆されました。

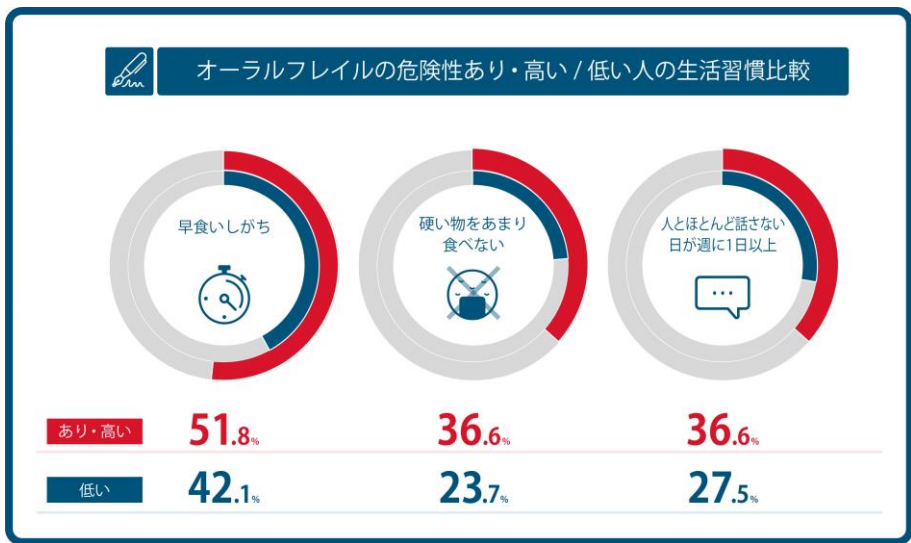


TOPICS③

“オーラルフレイルの危険性あり・危険性が高い”人は、食習慣やコミュニケーション量に問題があることが明らかに

次に“オーラルフレイルの危険性あり・危険性が高い”人の生活習慣に関する設問の回答を見ると、特に「忙しい時など早食いをしてしまう（51.8%）」「普段硬いものをあまり食べない（36.6%）」といった食生活に関する問題についてのスコアが高く、いずれも“オーラルフレイルの危険性が低い”人に比べて10%程度高い結果となり、統計的検定（5%水準）で有意差があることがわかりました。

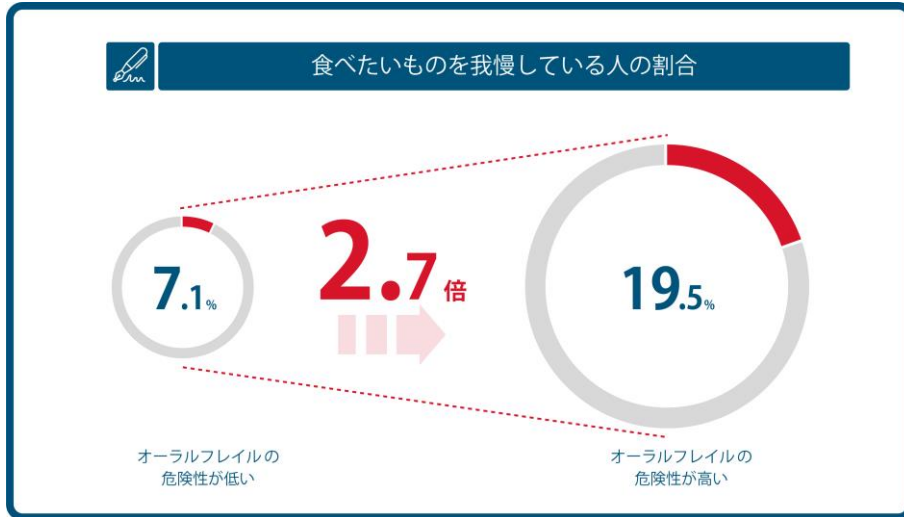
また、「人とほとんど話さない日が週に1日以上ある（36.6%）」のスコアでも約10%程度高く、統計的検定（5%水準）でも有意差が認められ、コミュニケーションが少なく食事以外で口を使う機会が少ない可能性があることが明らかになりました。



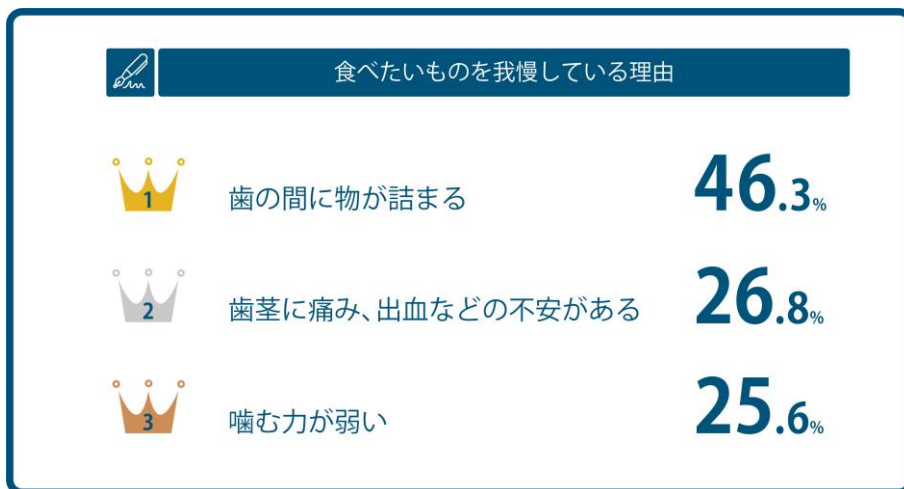
TOPICS④

“オーラルフレイルの危険性あり・危険性が高い”人は、危険性が低い人比べて食べたいものを我慢している割合が2倍以上高い

“オーラルフレイルの危険性あり・危険性が高い”人は、食べたいものを我慢している割合が19.5%で、“オーラルフレイルの危険性が低い”人の7.1%に比べて2.7倍高いという結果となり、統計的検定（5%水準）で有意差があることがわかりました。



食べたいものを我慢する人全体で、我慢している理由を確認すると、1位「歯の間に物が詰まる（46.3%）」、2位「歯茎に痛み・出血などの不安がある（26.8%）」、3位「噛む力が弱い（25.6%）」という結果となりました。



【2025 年目標】

サンスターの消費者調査*3 では、オーラルフレイルを認知している人は 11.0%。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。

*3 サンスター調べ：N=50 歳～79 歳男女 1,036 名、2019 年実施

【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
- ・ オーラルフレイルチェックやトレーニングができる iPhone 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・シーリング剤、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。

＜本件に関するマスコミからのお問い合わせ先＞

サンスターPR 事務局<株アンティル内> 担当:西林・関谷・中根・飯島
TEL: 03-5572-7375 FAX: 03-6685-5267 E-mail:sunstar@vectorinc.co.jp