人とともに 地域とともに
島根大学
SHIMANE UNIVERSITY

一般社団法人
島根県歯科医師会

令和８年６月２４日

報道機関　各位

「噛む力」の経時的な低下が介護・死亡リスクを高めることが判明
～島根県内の高齢者の追跡調査から、口腔機能「維持」の重要性が浮き彫りに～

島根大学、島根県歯科医師会、国立保健医療科学院などの共同研究チームは、島根県内の高齢者を対象とした調査により、客観的な咀嚼能力（噛む力）の低下や低位での停滞が、その後の要介護認定や死亡のリスクを大幅に高めることを明らかにしました。この研究成果は、国際学術誌に掲載されました。

◆本件のポイント！

- ２年間の「噛む力」の変化を追跡： グミゼリーを用いた客観的な測定に基づき、高齢者の咀嚼能力の変化と健康リスクの関連を調査。
- 低下・停滞グループでリスク増： 高い状態を維持している人に比べ、噛む力が低下した人（約 1.75 倍）や低いままの人（約 1.86 倍）は、要介護または死亡のリスクが有意に高いことが判明。
- 噛む力の「回復」が重要： 一度低下した噛む力が改善したグループでは、維持グループと比較して統計的に有意なリスク低下は見られず、早期発見・治療による「咀嚼能力の回復」が健康寿命の延伸に重要である可能性が示唆されました。
- 客観的評価の有用性を証明： 島根県の歯科健診で独自に行っている客観的な咀嚼能力測定が、高齢者の将来の健康リスクの重要な指標となることを改めて裏付けました。

◆本件の概要

〈研究の背景と意義〉

超高齢社会の日本において、口腔機能の低下（オーラルフレイル）を早期に発見し、対策を講じることは喫緊の課題です。これまで、一度の歯科健診における口腔状態と健康リスクの関係については報告がありましたが、「咀嚼能力が時間とともにどのように変化し、それが将来のリスクにどう影響するか」という継続的な視点でのエビデンスは世界的に不足していました。島根大学・島根県歯科医師会等の研究チームは、島根県後期高齢者医療広域連合が実施する「後期高齢者歯科口腔健康診査」のデータを活用し、この重要な課題に取り組んできました。本研究の結果は、定期的な歯科健診を通じて自分の「噛む力」を客観的に把握し、それを維持していくことの重要性を裏付けるものです。噛む力の低下は、低栄養や認知機能の低下を招き、早期の全身の衰えにつながる可能性があります。今後は、どのような介入（義歯の調整や口腔トレーニングなど）が、地域住民の介護予防や死亡リスクの低減や生活の質の改善に結びつくのか、さらなる研究が期待されます。大学および関係機関は、本知見を地域の歯科保健活動に反映させ、高齢者の健康寿命延伸に貢献してまいります。

〈発表雑誌〉

- 雑誌名：Archives of Gerontology and Geriatrics
- 論文タイトル：Association between masticatory performance changes and functional disability and mortality risk in older adults: a retrospective cohort study
- 著者名：Takafumi Abe, Kazumichi Tominaga, Hisaaki Saito, Jun Shimizu, Norikuni Maeda, Ryouji Matsuura, Yukio Inoue, Yuichi Ando, Yuhei Matsuda, Takahiro Kanno, Shozo Yano, Minoru Isomura
- 掲載日： 2026 年 6 月 11 日（オンライン公開）
- DOI： https://doi.org/10.1016/j.archger.2026.106335

著者（所属・職名）

安部孝文（島根大学研究・学術情報本部地域包括ケア教育研究センター・講師）
富永一道（島根県歯科医師会/島根大学地域包括ケア教育研究センター・客員研究員）
齋藤寿章（島根県歯科医師会/島根大学地域包括ケア教育研究センター・客員研究員）
清水　潤（島根県歯科医師会）
前田憲邦（島根県歯科医師会）
松浦良二（島根県歯科医師会）
井上幸夫（島根県歯科医師会）
安藤雄一（国立保健医療科学院）
松田悠平（島根大学医学部歯科口腔外科学講座・講師）
管野貴浩
（島根大学医学部歯科口腔外科学講座・教授/地域包括ケア教育研究センター・副センター長）
矢野彰三（島根大学医学部臨床検査医学講座・教授/地域包括ケア教育研究センター）
磯村　実（島根大学人間科学部・教授/地域包括ケア教育研究センター・センター長）

◆本件の連絡先

〈研究に関する問合せ先〉

島根大学研究・学術情報本部地域包括ケア教育研究センター
講師　安部　孝文
電話： 0853-88-3092

島根大学医学部歯科口腔外科学教室
講師　松田　悠平
電話：0853-20-2301

島根県歯科医師会
副会長　松浦　良二
電話：0852-24-2725

〈島根県後期高齢者歯科口腔健康診査に関する問い合わせ先〉

島根県後期高齢者医療広域連合
事業課　保健事業係
電話：0852-40-0043

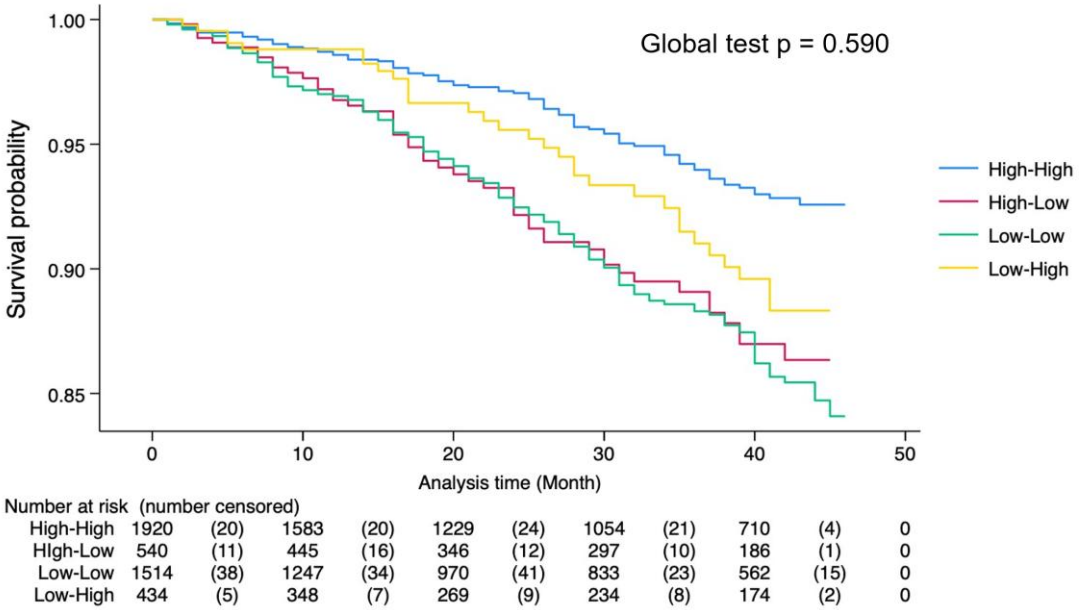

図　咀嚼能力（噛む力）の２年間の変化パターン別にみた、要介護認定・死亡の累積生存率

グミゼリーを用いた客観的な咀嚼能力測定の２年間の変化に基づき、対象者を４つの群に分類した。縦軸は追跡期間中に要介護認定または死亡が生じなかった人の割合（累積生存率）、横軸は追跡期間（月）を示す。

・High-High（青）：高い状態を維持した群
・High-Low（赤）：高い状態から低下した群
・Low-Low（緑）：低いまま停滞した群
・Low-High（黄）：低い状態から改善（回復）した群

高い状態を維持した群（High-High）が最も高い生存率を保ったのに対し、低下した群（High-Low）および低いまま停滞した群（Low-Low）では生存率が大きく低下した。一方、改善した群（Low-High）は生存率の低下が抑制されており、噛む力の低下・低位での停滞がその後の要介護・死亡リスクを高めること、ならびにリスクの低下には咀嚼能力の「回復」が重要である可能性を示している。

【添付資料：　　□あり（　　枚）　　■なし　】