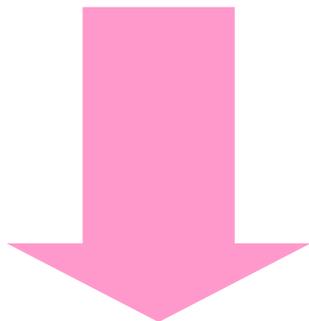


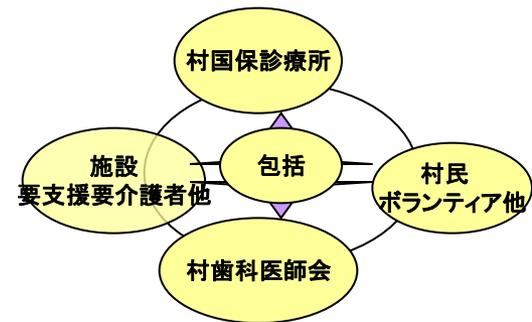


歯つらつ教室(多職種協働による介護予防)の取組

- 医療(歯科分野含む)との連携を図りやすい基盤があった
- 口腔ケアが誤嚥性肺炎の予防に有効であり、村民全体の健康の底上げを図る
- 介護予防の取組を通じた地域包括ケアシステムの構築



- 診療所との連携、施設へのヒアリング・学習会の実施
- 村内歯科医師会との連携・施設への学習会、企画会議
- デイサービスでの教室実施・反省会



歯つらつ教室の開催



(事前学習会)



(施設での歯つらつ教室の健康劇)

<意見・感想等>

- 施設で行っている普段のデイでの取り組みについて、なぜ誤嚥性肺炎の予防が大切かを随時参加者と確認できてすすめたので良かった。
- すぐに活用できる内容であったので、デイでの口腔機能向上の内容の回数を増やした。
- 手洗いの話や高血圧予防の話と、今後歯にとどまらずいろいろと連携・情報交換をして実施していきたい。
- 歯だけでなく、舌や口腔体操等口腔ケア全般についての参加者の熱心な質問が増えた。
- デイでのミニ講話の内容や配付媒体が増えて良かった。デイでの病気の講話内容のステップアップにつながった。
- 介護度が様々なため、集団だけでなく個別で対応できる方法も今後一緒に考えていきたい。
- 改善が認められたもの(一例)
- 食事を残さず食べる方が増加・歯だけでなく舌磨きを行う方が増加・食べ物が飲み込みにくい方の減少・痰のからむ方の減少が認められた。





(奈良県)

地域包括ケアシステム構築に向けた取組事例（様式）

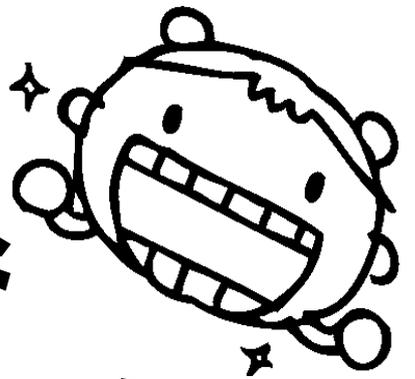
①市区町村名	明日香村
②人口（※1）	5,901人 平成25年4月末現在 ()
③高齢化率（※1） (65歳以上、75歳以上それぞれについて記載)	65才以上 1,901人 32.2% () 75才以上 1,043人 17.7%
① 取組の概要	村内施設と連携した口腔機能向上事業実施について 出発点…介護予防の二次予防や一次予防について実施している中、要支援・要介護の方へも誤嚥性肺炎等の疾病予防について支援を行い、多職種による口腔ケアへの取組を通じ、村全体の介護予防・健康づくりを増進する。
⑤取組の特徴	村内の施設との連携 医師の協力・多職種間学習会・企画会議・デイサービスでの健康教室実施
⑥開始年度	平成23年度（学習会の開催）
⑦取組のこれまでの経緯	平成23年度 施設へのヒアリング実施・村内国保診療所所長に依頼し学習会の開催 平成24年度 村内歯科医師会長に依頼し学習会の開催・施設長に趣旨説明・施設担当者と月1回の企画会議・デイサービスでの歯つらつ教室実施（4施設各2回）・反省会の実施
⑧主な利用者と人数	特養2施設計約100人・軽費老人ホーム約60人・社会福祉協議会10人 合計 実人数170人（延べ340人）
⑨取組の実施主体及び関連する団体・組織	明日香村地域包括支援センター（ケアマネ・歯科衛生士・管理栄養士・保健師） 特養2施設・軽費老人ホーム・社会福祉協議会 （上記施設内のケアマネ・デイ担当・施設職員・栄養士・介護福祉士他）
⑩市区町村の関与（支援等）（※2）	任意事業 歯つらつ教室…報償費 120（千円）・需用費 240（千円） 平成25年度
⑪国・都道府県の関与（支援等）（※3）	地域支援事業交付金 国 39.5% …142千円 奈良県地域支援事業交付金 19.75% …71千円 平成25年度
⑫取組の課題	介護度が様々な為、集団教室と個別相談の併用の必要性
⑬今後の取組予定	包括と施設スタッフの共同参画で健康劇の実施 毎年各施設年2回の定期開催 施設からのテーマの提示（各施設からの絞った講話のテーマを頂く） 健康劇等のボランティアの参画と教育
⑭その他	
⑮担当部署及び連絡先	明日香村地域包括支援センター 電話 0744-54-5552 ファクス 0744-54-5551

- ※1 一部地域に限定した実施の場合は、当該地域の人口・高齢化率を（ ）内に記載してください。
- ※2 市町村から財政的支援が行われている場合には予算額等を含めて記載ください。
- ※3 国や都道府県から財政的支援を受けている場合は、補助金や交付金等の名称、額等を含めて記載ください。



アセスメント票

- 1. 自分の歯はありますか
入れ歯は入れていますか
はい()本 ・ いいえ
- 2. 食事は残さず食べていますか
はい ・ いいえ
- 3. 食事時間は長くなりましたか
はい ・ いいえ
- 4. 口が渇きやすいですか
はい ・ いいえ
- 5. 飲み込みにくい食べ物がありますか
はい ・ いいえ
- 6. 食事中や食後にむせることがありますか
はい ・ いいえ
- 7. タンがよくからみますか
はい ・ いいえ
- 8. 熱を出すことがありますか
(最近3ヶ月以内) はい ・ いいえ
- 9. 歯みがきはいつしますか
朝・昼・夜・寝る前
- 10. 舌も磨いていますか
はい ・ いいえ
- 舌苔の有無
無し・少し・多い



元気な
くち

元気な
からだ

お口で

身体に！

お待たせいたしました。

あすかむら ざいたく しかえいせいし
明日香村在宅歯科衛生士による

劇団「^は歯つらつ」初公演！

は

ゆかい すんげき

愉快な寸劇と ちょっぴりためになる お話で

秋の一日のひとときを

いっしょに楽しみましょう。

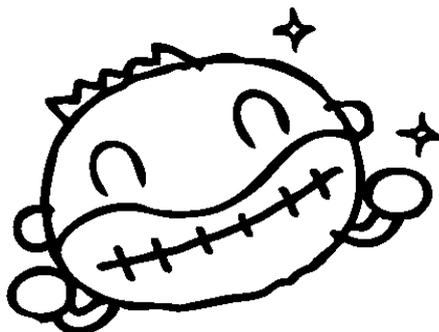


日時：9月 日(木)

時 分～ 時 分

場所：

参加対象者：テイサービス利用のみなさん



おいしく
食べましょう。

楽しく
食べましょう。



とってもカンタン！

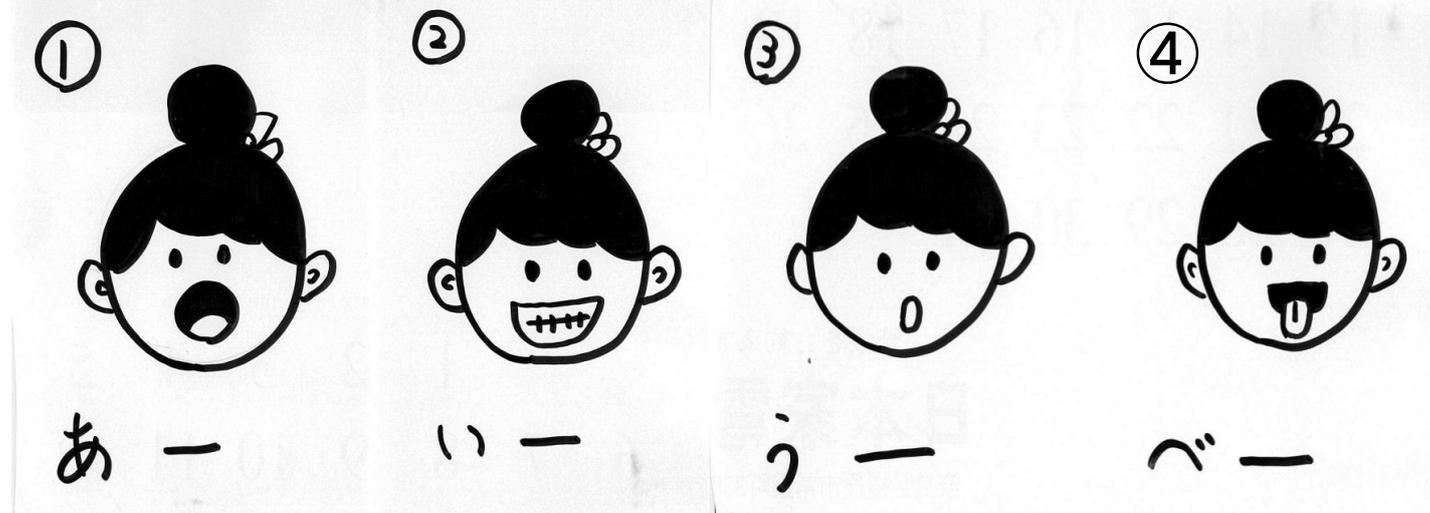
あいうべえ体操

この運動は お口の問題だけでなく、たとえばアレルギー疾患や便秘、顔のむくみなどの様々な不快な症状を改善する可能性があります。一度、試してみてもいいでしょう。

口を大きく「あ〜」「い〜」「う〜」「べ〜」と動かします。

できるだけ大きめにします。声は小さい方がやりやすいです。

一日最低30セット（「あいうべ」が1セット）やりましょう。あごが痛む方は、「い〜」「う〜」だけでもやってみましょう。

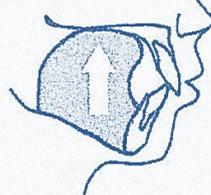


舌の位置によって、唾液の分泌や虫歯・歯周病の状態まで変わってきます。口を閉じている時は、舌の位置を意識するようにしましょう。

舌の位置が改善されることで、様々な症状が改善されます。

舌の本来の位置は、上あごにぴったりとついている状態です（左図）。舌の先が前歯の裏に当たっていたり、舌の両側に歯形がついていたりする方は、舌の位置が低下しています（右図）。「あいうべえ」体操で、舌の位置を元の位置に戻していきましょう。

適正な舌の位置



舌が下がっている

