

口腔機能向上事業等関連資料集



平成22年3月

滋賀県介護予防市町支援委員会口腔機能向上部会

はじめに

平成18年4月の介護保険法改正により介護予防が重視されるようになり3年が経過しました。この3年間の中で、口腔機能向上に向けて、各市町や介護（予防）サービス事業所等で様々な取り組みがされています。また、平成21年3月には、高齢者に対する口腔機能向上サービスを円滑に提供するため、関係者のために理念、制度の運用方法および技術等について解説した「口腔機能向上マニュアル」が、関係者の声を反映してより活用しやすく改訂されています。

しかし、口腔機能向上について、市町の地域支援事業では、生活機能評価等により口腔機能の項目で特定高齢者と決定される方は多いが、なかなか事業参加につながらない現状があることや、介護（予防）サービス事業所においては、必要性はわかっているにもかかわらず、時間的余裕がない、方法がわからないなどの原因で取り組みに拡がりが見られない現状があります。

このため、滋賀県では、「介護予防市町支援委員会」の中に、平成20年度と平成21年度に口腔機能向上に焦点をあて具体的に検討するため、「口腔機能向上部会」を立ち上げ、市町の介護予防事業実施状況の把握や、通所介護事業所・通所リハビリテーション事業所の実施状況調査等を行い、今後の口腔機能向上についての効果的な取り組みに向けての検討を行いました。

この資料集は、検討会での内容をもとに、市町の地域支援事業や介護（予防）サービス事業所の実践事例の紹介、基礎知識・基本的な実施内容・メニューの具体例を示しながら、実践の場で活用できるようにまとめました。

市町や介護（予防）サービス事業所等において効果的な介護予防の取り組みとなるようご活用いただき、高齢者が一生おいしく、楽しく、安全な食生活を営まれる一助となることを期待しております。

口腔機能向上事業等関連資料集目次

口腔機能向上事業等事例集 -----	1
1. 市町における地域支援事業の取り組み事例 -----	2
2. 通所介護サービス事業所における口腔機能向上サービスの取り組み事例 ---	31
口腔機能向上事業等マニュアル -----	43
1. 口腔機能についての基礎知識 -----	44
2. 口腔機能向上事業等における実施内容 -----	46
3. 通所事業所における口腔機能向上サービスの提供-----	52
参考資料 -----	59
1. 口腔機能自己チェックシートの活用について（説明資料含む）-----	60
2. 口腔清掃について -----	66
3. 口腔機能評価方法の例 -----	70
4. トレーニングメニューの例 -----	76
5. レクリエーションメニューの例-----	81
6. 口腔機能向上事業様式例 -----	87
7. 職場研修等で福祉・介護出前講座をご利用ください-----	91
8. 滋賀県介護予防市町支援委員会・口腔機能の向上部会委員名簿-----	92
9. 参考文献 -----	93

I 口腔機能向上事業等事例集



1 市町における地域支援事業の取り組み事例

おいしく食べよう お口元気教室（大津市）

食事とお口の元気はつらつ教室（長浜市）

歯あわせ教室（草津市）

脳カトレーニング教室（守山市）

お口いきいき教室（甲賀市）

通所型介護予防事業 のびのび倶楽部（野洲市）

お口の元気づくり教室（高島市）

パタカラ教室（東近江市）

歯つらつはっぴー教室（栗東市）

健口教室（日野町）

健口歯つらつ教室（竜王町）

かむカム教室（甲良町）



平成21年度 特定高齢者 口腔機能向上事業

（ おいしく食べよう
お口元気教室 ）

市町名 大津市

市町の概要

人口 : 337,054人(平成22年2月1日現在)

高齢者人口: 66,607人(高齢化率: 19.8%)

担当部署 健康推進課

住所 大津市浜大津四丁目1番1号 明日都浜大津

連絡先 【TEL】077-528-2748

特徴

「食べる楽しみ」を重視するために、口腔機能向上事業と栄養改善事業を合同で実施している。

1 事業の周知・勧奨方法

- ・地域包括支援センターの保健師等のマネジメント
- ・介護予防に取り組むきっかけづくりの講座で案内

2 参加を促進するために工夫していること

- ・参加者が利用しやすいように市内7カ所の会場で実施している
- ・教室開催日を案内したチラシを配布している

3 事業形態

実施方法	単独	複合	【運動器・栄養・その他()】
実施機関	直接	委託	【委託先: ()】
スタッフ	【歯科衛生士2~4人、栄養士1~2人、看護師1人 ()】		
その他	送迎	無	・有(方法 ())
	費用徴収	無	・有(徴収額 ())
実施場所	【 7 力所】		

4 実施内容

年間開催回数	1年	2クール
1クールの実施期間	1クール	3か月
1クールの実施回数	1クール	3回
1回の実施時間	1回	90分
1回の参加者数	【1~4名、5~9名、10~14名、15名以上】	

5 プログラムの概要

1回目

口腔集団

個別アセスメント(事前)
教室についての説明
口腔機能チェック
健口体操
計画票の作成

2回目

合同(栄養・口腔)

家庭での状況聞き取り
歯磨き等口腔清掃指導
栄養指導
健口体操

3回目

口腔集団

家庭での状況聞き取り
個別アセスメント(事後)
口腔機能チェック
健口体操
個別評価
修了証を渡す

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

- ・ 教室の中では毎回、オリジナルで作成した CD 『おおつ 健口体操』に合わせて体操を行っている
- ・ 修了者の声をまとめたものを配布し、教室参加へのモチベーションにつなげている

7 評価方法

自己チェック票の点数評価

反復唾液嚥下テスト(RSST)の積算時間

オーラルディアドコキネシス(パ・タ・カを 10 秒間に言える回数 / 1秒間)

主観的变化

8 今後の課題

課題

- ・ 1 回の教室の中で指導する内容が多く、参加者一人一人の主訴に対応する時間が少ない

変更点

- ・ 次年度は 1 クールおおむね 3 ヶ月で 4 回実施

市町の概要

人口 : 126,314 人
 高齢者人口: 29,063 人(高齢化率: 23.0%)
 担当部署 長浜市高齢福祉介護課
 住所 長浜市八幡東町632
 連絡先 【TEL】0749-65-7789

特徴

長浜市は、平成22年1月1日に1市6町の合併があり、人口や高齢者人口、高齢化率が上がった。面積 539.48 平方キロメートル(東西約 25 km、南北 40km) 高齢化率や地域性(豪雪地域・交通が不便等)の違いが大きい。
 介護保険認定者数(65歳以上) 4,858 人(認定率 16.72%) [H22.2.1 現在]

1 事業の周知・勧奨方法

- ・ 特定高齢者把握事業の結果、特定高齢者となり口腔機能向上や低栄養予防の必要がある人に対して、個別に訪問して事業の周知・勧奨を行った。

2 参加を促進するために工夫していること

- ・ 行政出前講座の中で介護予防の知識(運動・栄養・口腔)を伝え、介護予防事業に積極的に参加してほしいことを伝える。

3 事業形態

実施方法 単独 複合【運動器 栄養 その他 ()】
 実施機関 直接 委託【委託先: 】
 スタッフ 【歯科衛生士1~2人・管理栄養士1~2人・看護師1人
 保健師1人・介護予防サポーター2~3人】
 その他 送迎 無 有 (方法 タクシー会社に委託)
 費用徴収 無 有 (徴収額 1回(往復)100円)
 実施場所 【 3 カ所】

4 実施内容

年間開催回数 年 3 クール

1クールの実施期間	1クール3～4か月
1クールの実施回数	1クール8回
1回の実施時間	1回120～240分
1回の参加者数	【1～4名、5～9名、10～14名、15名以上】

5 プログラムの概要

- ・ 別紙参照
- ・ 低栄養予防と口腔機能向上についての集団指導と、各人の生活目標に基づいた個別指導を行う。教室では集団指導と個別指導の他に、8回の教室のうち3回は調理実習を取り入れて、簡単でおいしい食事づくりが家でも実践できるように支援している。調理実習後の試食では、食事の摂取状況が確認でき、口腔機能の状態を把握することもできている。

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

- ・ 第1回目で介護予防の必要性をおさえることで、参加者の意識が上がり、参加者自身が前向きに介護予防活動に取り組む意欲がでる。また、個人の生活目標も参加者自身が自分の状態を理解して自分で目標がたてられるように支援している。
- ・ 教室の中で集団の取り組みを行うことで、仲間意識ができ、参加者の表情がよくなっている。仲間との交流が、QOLの向上や生活意欲の向上につながっている。
- ・ 自宅でも実践できるように、「介護予防 簡単・おいしいレシピ集(第1弾・第2弾)」や「長浜きゃんせ体操(お口版)」などの媒体を作成し配布している。「長浜きゃんせ体操(お口版)」はランチョンマットとして日常生活の中で使ってもらえるようにした。教室や行政出前講座の中で指導後に媒体を配布して、家庭や地域活動の中で実践してもらっている。

7 評価方法

- ・ 口腔機能測定 (RSST・オーラルディアドコキネシス・咀嚼力判定ガム)
- ・ 口腔機能の向上の記録 (アセスメント・モニタリング・評価)
- ・ クック10チェックシート(低栄養の評価)

8 今後の課題

- ・ 教室終了後は一般高齢者施策として自主グループ(2会場)を立ち上げて、参加を促している。自主グループに参加することで介護予防活動の継続につながっているが、送迎がなければ参加できない人もいる。地域サロンなどの身近な場で介護予防活動が継続できるような働きかけを同時に行う必要がある。次年度は、特に行政出前講座で介護予防の知識を地域に啓発することに力を入れる予定である。

【事業の流れ】 参加者の身体状況や希望により、内容を変更することがあります。

回	内 容	担当者
1回目	介護予防について、教室の目的 グループワーク(教室参加のきっかけ確認) 事前アセスメント < 栄養 > ・低栄養状態リスク確認 ・食習慣や環境、調理状況の把握 ・低栄養関連問題の把握 < 口腔 > ・口腔機能 ・口腔清掃の自立状況 ・摂食、嚥下機能 個人目標をたてる(栄養・口腔)	管理栄養士 歯科衛生士 看護師・保健師 介護予防サポーター
2回目	食べることの意義、低栄養予防のための知識 口腔機能向上のための知識 個人目標の見直し	管理栄養士 歯科衛生士 看護師・保健師 介護予防サポーター
3回目	栄養改善に対する調理実習・試食の実施・説明 歯磨き指導(集団)	管理栄養士 歯科衛生士 看護師・保健師 介護予防サポーター
4回目	調理実習(実践) 口腔体操・歯磨き(実践) 個別相談	管理栄養士 歯科衛生士 看護師・保健師 介護予防サポーター
5回目	調理実習(実践) 口腔体操・歯磨き(実践) 個別相談	管理栄養士 歯科衛生士 看護師・保健師 介護予防サポーター
6回目	調理実習(実践) 口腔体操・歯磨き(実践) 個別相談	管理栄養士 歯科衛生士 看護師・保健師 介護予防サポーター
7回目	事後アセスメント < 栄養 > ・低栄養状態リスク確認 ・食習慣や環境、調理状況の把握 ・低栄養関連問題の把握 ・アンケート < 口腔 > ・口腔機能 ・口腔清掃の自立状況 ・摂食、嚥下機能 ・アンケート	管理栄養士 歯科衛生士 看護師・保健師 介護予防サポーター
8回目	結果説明 今後の活動方針について	管理栄養士 歯科衛生士 看護師・保健師 介護予防サポーター

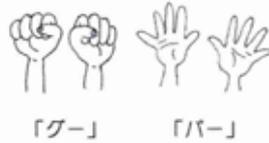
長浜きゃんせ体操 ~ お口版 ~ 各3~5回のペースで毎日続けましょう

体操の姿勢

深呼吸

手・指の体操

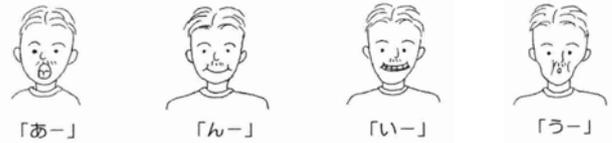
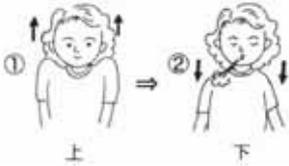
首の体操



肩の体操

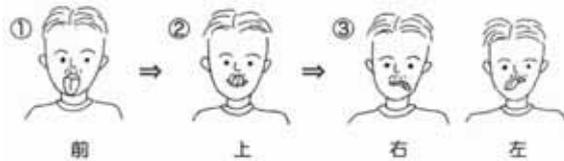
頬の体操

唇・口の体操



舌の体操

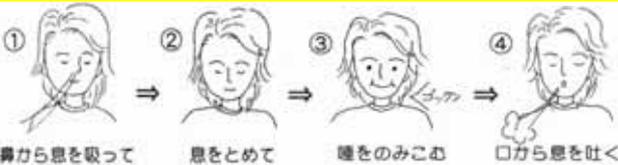
唾液腺マッサージ



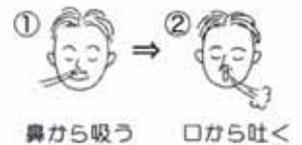
唾ゴックン

声を出しましょう「パ・タ・カ・ラ」

深呼吸



「パ・パ・パ・パ」「タ・タ・タ・タ」
「カ・カ・カ・カ」「ラ・ラ・ラ・ラ」
を大きく、はっきりと発音します。



早口ことばに挑戦!

★ ★ ★
生麦 生米 生卵
東京 特許 許可局

★ ★ ★
坊主がびょうぶに 上手に坊主の
絵をかいた

★ ★ ★ ★
新春 シャンソンショー
となりの客はよく柿くう客だ
すももも ももも もものうち

★ ★ ★ ★
かえるぴよこぴよこ 3ぴよこぴよこ
あわせてぴよこぴよこ6ぴよこぴよこ

★ ★ ★
お嬢や母親におあやまり
赤パジャマ 黄パジャマ 青パジャマ
引きにくいきぎ 抜きにくいきぎ
引き抜きにくいきぎ

慣れたら
3回繰り返しましょう



〔 歯あわせ教室 〕

市町名 草津市

市町の概要

人口 : 119,543 人
 高齢者人口 : 20,027 人 (高齢化率 : 16.8%)
 担当部署 : 長寿福祉課
 住所 : 草津市草津三丁目 13 番 30 号
 連絡先 【TEL】 077 - 561 - 2372

特徴

基本チェックリスト返送の段階で、介護予防教室への参加意向を確認し、参加意向のあった特定高齢者候補者に対して、介護予防教室の紹介をしている。口腔機能向上のみではなく、低栄養改善も目的に事業実施している。

1 事業の周知・勧奨方法

- ・基本チェックリスト送付時に教室チラシを同封し、一般高齢者や特定高齢者候補者を問わず介護予防事業参加意向を確認する。基本チェックリスト回収後に、特定高齢者には該当項目ごとに介護予防教室の参加勧奨通知を送付し、希望者が参加登録申請する。
- ・「高齢者をささえるしくみ」介護保険と高齢者福祉施策等の啓発冊子の中に掲載。

2 参加を促進するために工夫していること

- ・「友達と一緒に参加したい」「自分はまだ介護予防は必要でない」という思いの方もいるので、特定高齢者に対して勧奨通知を送付するが、一般高齢者も参加できるように教室を開催している。
- ・口腔機能向上と低栄養改善を抱き合わせで教室開催している。
- ・介護予防支援計画を教室内で自己作成することで、申込から参加までのタイムラグを減らしている。

3 事業形態

実施方法 単独・複合【運動器・栄養・その他()】
 実施機関 直接・委託【委託先：(株)パーフェクトトレーナーズ】
 スタッフ 【歯科衛生士・管理栄養士・健康運動指導士・看護師・補助員】
 その他 送迎 (方法：委託先による個別送迎)
 費用徴収 (徴収額：年間委託料÷年間実施回数÷定員×1割)
 実施場所 【1カ所】

4 実施内容

年間開催回数 年3クール
 1クールの実施期間 1クール4か月
 1クールの実施回数 1クール8回
 1回の実施時間 1回90分
 1回の参加者数 【定員20人 平均10名前後】

5 プログラムの概要

- 1 回目：支援計画表の自己作成
- 2 回目：事前機能評価・問診と栄養アンケート・問診（半数）、自己紹介、体のストレッチ
- 3 回目：事前機能評価・問診と栄養アンケート・問診（半数）、口腔講話、口腔体操、体のストレッチ、口を使ったゲーム
- 4 回目：低栄養の講話、口腔体操、体のストレッチ
- 5 回目：口腔清掃の集団指導、個別指導と並行して体のストレッチ
- 6 回目：事後機能評価・問診と栄養アンケート・問診（半数）、体のストレッチ
- 7 回目：評価表の自己作成、事後機能評価・問診と栄養アンケート・問診（半数）、体のストレッチ、口腔体操、口を使ったゲーム
- 8 回目：評価表（コピー）の返却と説明、口腔体操、談話や感想など

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

- ・プランを自己作成してもらうことによって、スタッフ側の稼働の縮小と教室参加者の自主性を高めることができる。

7 評価方法

- ・事前、事後の基本チェックリスト（運動・移動、日常生活、社会参加、健康管理の全52項目）、主観的健康観の変化
- ・視診による評価（口腔内の衛生状態、食物残渣、舌苔、義歯・歯の汚れ）、口腔衛生習慣
- ・ディアドコ、RSST、頬のふくらまし

8 今後の課題

- ・歯科衛生士1名で個別指導に当たっているため、参加者が10名を超える際は負担が大きく、時間も足りない。

〔 脳力トレーニング教室 〕

市町名 守山市

市町の概要

人口 : 77,019 人
高齢者人口 : 12,968 人 (高齢化率 : 16.84%)
担当部署 守山市地域包括支援センター
住所 守山市下之郷三丁目2番5号
連絡先 【TEL】 077-581-0330

特徴

認知症予防教室と口腔機能向上プログラムをリンクさせることにより口腔機能向上に対する興味・関心を深める。

また、摂食・嚥下機能向上、気道感染予防、栄養改善、食べる楽しみの向上を図ること、脳の刺激や血流の促し脳への刺激を促す。

1 事業の周知・勧奨方法

- ・ 訪問による教室参加勧奨
- ・ 基本チェックリスト・受診券の発送時に介護予防教室の案内を同封する。
- ・ すこやかセンターや住民にとって身近な地区会館(7ヶ所)にちらしを置く。

2 参加を促進するために工夫していること

- ・ 地区担当保健師の地域活動や訪問にて教室の参加勧奨を行う。
- ・ 生活機能評価未受診者訪問にて教室参加勧奨を行う。

3 事業形態

実施方法 単独・**複合**【運動器・栄養・その他(認知症予防)】
実施機関 **直接**・委託【委託先:】
スタッフ 【保健師、臨時看護師、歯科衛生士(口腔機能向上のみ)】
その他 送迎 **無**・有(方法))
費用徴収 **無**・有(徴収額))
実施場所 【1カ所】

4 実施内容

年間開催回数	年	7クール
1クールの実施期間	1クール	2か月
1クールの実施回数	1クール	8回
1回の実施時間	1回	90分
1回の参加者数	【1~4名、5~9名、 10~14名 、15名以上】	

5 プログラムの概要

教室 3 回目：口腔機能向上プログラム

- ・ 歯科衛生士により口腔機能の向上の必要性について講話
(口腔の健康と体の健康との関連性や、摂食・嚥下機能、気道感染予防、栄養改善、食べる楽しみの向上についての教育を行う。)
- ・ 口腔体操
(馴染みのある歌を通して楽しみながら、嚥下訓練・構音訓練、発声訓練、呼吸訓練を行う。)
(実施前後の唾液分泌を確認し、効果の理解と動機付けとする。)
- ・ 口腔機能のチェックと口腔内の観察
(固いものへの食べにくさ、むせ、口腔の乾燥のチェックや手鏡で口腔内の観察を行い、自己の口腔状況を把握し、口腔機能向上への行動を起こす動機付けを目的とする。)
- ・ 咀嚼力のチェック
(咀嚼力判定ガムを使用し、自己の咀嚼力を知り、口腔機能向上への行動を起こす動機付けを目的とする。)
- ・ 口腔清掃について指導
(顎模型と歯ブラシを利用し、ブラッシング方法について具体的に示す。また、舌の清掃方法や義歯のケア方法について指導し、口腔の清潔が気道感染予防、や安全な摂食・嚥下機能の向上につながることを指導する。)
- ・ 定期的な歯科受診の必要性を指導
- ・ 集団で実施することにより、他者との交流のなかで口腔機能向上についての動機付けやモチベーションを高める。
その他
- ・ 毎日の課題である日記へ口腔ケアのチェックを記入、また、3 回目(口腔プログラムの実施)以降は口腔体操の実施状況のチェックを記入し教室参加時確認を行う。
(指導内容を継続できるよう意識づけを目的とする。)

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

- ・ 口腔機能向上と認知症予防プログラムを複合させることにより、口腔の健康と脳や身体の健康の関連性を理解し、健康管理への意識づけとしている。

7 評価方法

- ・ 毎回教室で毎日の日記とともに口腔ケア(朝・昼・夕・就寝前)のチェックを記入。
3 回目(口腔機能向上プログラム)以降は、口腔体操の有無のチェックを記入し、確認を行う。
- ・ 教室前後でアンケートを記入し比較を行う。

8 今後の課題

- ・ 平成 22 年度においては、単独で口腔機能向上の教室開催予定であり、興味・関心を持てる教室参加勧奨方法や周知、内容を考えていく必要がある。

〔 お口いきいき教室 〕

市町名 甲賀市

市町の概要

人口 : 95,176 人
 高齢者人口 : 20,312 人 (高齢化率 : 21.342 %)
 担当部署 保健介護課
 住所 甲賀市水口町水口 5609 番地
 連絡先 【TEL】 0748-65-0699

特徴

栄養教室と同時に実施することで、なかなか意識しにくい口腔機能について、食べる楽しみという視点からも教室の展開を行った。

1 事業の周知・勧奨方法

広報に掲載

生活機能評価（基本チェックリスト）の結果返送時に教室の案内を同封

特定高齢者候補者になった人には個別に教室の案内を電話等で勧奨した。

2 参加を促進するために工夫していること

交通の便が不便な地域もある事より、出来るだけ近くの地域で教室展開を実施。

3 事業形態

実施方法 単独 複合 【運動器・栄養・その他（ ）】
 実施機関 直接 委託【委託先：（ ）】
 スタッフ 【 歯科衛生士、保健師 （ ）】
 その他 送迎 無 有（方法（ ））
 費用徴収 無 有（徴収額（ ））
 実施場所 【 5 力所】

4 実施内容

年間開催回数 1年 1クール
 1クールの実施期間 1クール 3か月
 1クールの実施回数 1クール 3、4回
 1回の実施時間 1回 60分
 1回の参加者数 【 1～4名、 5～9名、 10～14名、 15名以上】

5 プログラムの概要

1回目 一般高齢者施策の口腔と栄養の教室と同時に実施。

内容 口腔の働き、嚥下について、口腔内の汚れについて、歯周病や口腔などの疾患について、お手入れグッズの紹介

2回目 事業の概要説明 口腔内の観察と状態の確認とアセスメントの実施。口腔内のカメラ撮影や染め出し等の実施。教室の目標確認と清掃や機能訓練プログラムの立案

3回目 立案したプログラムの実施

4回目 事後アセスメント

口腔状態の確認。目標の達成度の確認。立案したプログラムの実施。

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

事業を主に担当していただく、歯科衛生士とともに事業内容の企画立案をし、眼で見えてできるだけ理解しやすいように媒体等の工夫を実施。

教室の目標、成果、プログラムは参加者とともに共有を行う。

7 評価方法

事業前後のアセスメントの変化、目標の達成度、口腔内の状態や生活状態の変化

8 今後の課題

口腔の特定候補者としての人数はたくさんいるが、実際の教室等に参加する人が少ない。特定高齢者だけで行うのではなく、一般高齢者施策でまず、口腔機能向上の必要性を周知していく必要がある。

平成21年度 特定高齢者 口腔機能向上事業

〔 通所型介護予防事業
のびのび倶楽部 〕

市町名 野洲市

市町の概要

人口 : 50,601人
高齢者人口 : 9,875人 (高齢化率 : 19.52%) (H22.2.1現在)
担当部署 : 野洲市地域包括支援センター
住所 : 野洲市辻町433-1
連絡先 : 【TEL】077-588-2337

特徴

生活機能基本チェックリスト発送数 : 8,165
" 返送数 : 6,672 回収率 : 81.7%
特定高齢者候補者数 : 2,098 出現率 : 31.4%
特定高齢者数 (生活機能検査受診者数) : 1,115 受診率 : 53.1%

1 事業の周知・勧奨方法

生活機能検査受診者全てに電話、訪問でフォロー、教室の参加勧奨している。
また、昨年の参加者からの口コミの影響で参加している方も多く、やはり住民の口コミの影響力が大きいと感じている。

2 参加を促進するために工夫していること

基本は1クール全部出席することを参加条件にしている。
食えること、喋ることと切っても切り離せない関係にある、口腔であり参加率は高い。

3 事業形態

実施方法	単独 <input checked="" type="radio"/> 複合 <input checked="" type="radio"/> 【運動器・栄養・その他 (認知症、うつ予防)】
実施機関	<input checked="" type="radio"/> 直接 <input type="radio"/> 委託【委託先 : 】
スタッフ	【保健師、看護師、事務職、講師 (歯科衛生士)】
その他	送迎 無 ・ <input checked="" type="radio"/> 有 (方法 : 市内タクシー会社委託) 費用徴収 無 ・ <input checked="" type="radio"/> 有 (徴収額 : 100円 / 1回、)
実施場所	【 4 力所 】

4 実施内容

年間開催回数 1年 4 クール

1クールの実施期間	1クール	2 - 3か月
1クールの実施回数	1クール	8回（内、口腔1回）
1回の実施時間	1回	120分
1回の参加者数	【1～4名、5～9名、10～14名、 15名以上 】	

5 プログラムの概要

< 1クール 8回の内訳 >

1回	講師	2回	講師
口腔	歯科衛生士	音楽療法	音楽療法士
栄養	管理栄養士		
運動	健康運動指導士		
認知症+うつ予防	保健師		
回想法兼ねて外出	なし		
交流会	司会進行：保健師		

< 口腔 > 120分（途中休憩含め実施）

- ・オリエンテーション、講師紹介
- ・講義 口腔の話（働き、役割）
- ・咀嚼力テスト（咀嚼力判定テスト）
- ・スポンジブラシを使用し、口腔ケア方法の説明
- ・健口体操、唾液腺マッサージ、パタカラ体操、早口言葉
- ・唾液量テスト（コーヒーフィルター使用し、唾液腺マッサージ前後で比較）
- ・質疑応答タイム（義歯の手入れ方法、歯によいおやつ、間食の食べ方など）

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

講義のみでは集中が途切れやすいので、実技時間を取り入れている。

特に視覚的訴えが強い咀嚼力判定テスト、唾液量テストの反応は良く、その後の口腔の手入れ方法や自宅での取り組みについても意欲的な印象がある。

7 評価方法

教室前後での生活機能基本チェックリスト 比較

8 今後の課題

複合型の教室開催であり、1回の教室内容が参加者にどこまで理解され、継続的に日常生活へ取り入れられているか不明。

また生活習慣として継続できているどうか、その確認をし、フォローする場・機会がない。特に口腔の場合は義歯やかみ合わせのことがあり、結局、「歯科受診」を勧めることになってしまっている現状。

教室参加は意欲的だが、受身的。参加者の主体性を引き出すことの難しさ。

平成21年度 特定高齢者 口腔機能向上事業

【お口の元気づくり教室】

市町名 高島市

市町の概要

人口 : 54301人
高齢者人口 : 14542人 (高齢化率 : 26.78%)
担当部署 地域包括支援センター
住所 滋賀県高島市今津町名小路1丁目4番1
連絡先 【TEL】0740(22)0193

特徴

時間予約制で個別指導を基本とする。4回の教室のうち、3回目のみ集団指導として、参加者同士の意見交換の機会を持つ。また、低栄養予防についての講義を受けることで、口腔の健康と全身の健康をつなげて考えてもらうようにする。

1 事業の周知・勧奨方法

- ・市広報誌
- ・生活機能評価の結果送付の際に教室のチラシを同封する
- ・対象者への個別訪問、電話での勧奨

2 参加を促進するために工夫していること

3 事業形態

実施方法 単独 ・ 複合【運動器・栄養・その他()】
実施機関 直接 ・ 委託【委託先: ()】
スタッフ【保健師、歯科衛生士、3回目のみ管理栄養士 ()】
その他 送迎 無 ・ 有(方法 ())
費用徴収 無 ・ 有(徴収額 ())
実施場所 【 6 力所】

4 実施内容

年間開催回数 年 1 クール
1クールの実施期間 1クール 3か月
1クールの実施回数 1クール 4回
1回の実施時間 1回 約50分
1回の参加者数 【1~4名、5~9名、10~14名、15名以上】

5 プログラムの概要

【1回目】個別指導

- ・アセスメント・問診・口腔内衛生状況の観察・機能評価
- ・目標設定・実施計画・口腔ケアの指導（歯ブラシ、歯間ブラシ、舌ブラシ、義歯ブラシ、義歯洗浄剤の使用法、だ液腺マッサージ、健口体操など）

【2回目】個別指導

- ・実施状況の確認
- ・口腔ケアの指導（内容は1回目に同じ）

【3回目】集団指導

- ・実施状況の確認
- ・管理栄養士による講義（低栄養予防について、口腔の健康と体の健康について、食べることと口腔の健康の関連について）

【4回目】個別指導

- ・アセスメント・問診・口腔内衛生状況の観察・機能評価
- ・目標達成状況の確認
- ・必要に応じて口腔ケアの復習

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

- ・集団指導を取り入れて、参加者の意識を高めるようにしている
- ・欠席者に対しては別の日に訪問して対応するようにした

7 評価方法

- ・歯科衛生士による口腔内観察
- ・保健師による問診
- ・反復嚥下テスト、オーラルディアドコキネシス

8 今後の課題

- ・21年度の特定高齢者のうち、口腔機能の低下を認めた方は488名（21年11月時点）と多数であったが、実際の参加者は19名であった。参加されなかった方への対応や一般高齢者への普及啓発が必要である。

平成21年度 特定高齢者 口腔機能向上事業

〔 パタカラ教室 〕

市町名 東近江市

市町の概要

人口 : 118,184人〔H21.4.1現在〕
高齢者人口: 23,724人(高齢化率: 20.07%)
担当部署 いきいき支援課
住所 東近江市八日市緑町10番5号
連絡先 【TEL】0748-24-5641

特徴

運動機能向上、低栄養予防とあわせて実施している。

1 事業の周知・勧奨方法

特定高齢者候補者に事業案内を通知

2 参加を促進するために工夫していること

- ・ 事業対象者に個人通知を行う
- ・ 運動機能向上、低栄養予防とあわせて実施することで生活機能全体の改善を目的とする

3 事業形態

実施方法 単独 複合 運動器 栄養 ・ その他 ()
実施機関 直接 委託 【委託先: 在宅歯科衛生士】
スタッフ 【 歯科衛生士 3名 】
その他 送迎 無 ・ 有
(方法 複合での実施のため事業委託先による送迎)
費用徴収 無 ・ 有 (徴収額)
実施場所 【 5 力所】

4 実施内容

年間開催回数 年 2クール
1クールの実施期間 1クール 6か月
1クールの実施回数 1クール 2回(全24回中)
1回の実施時間 1回 180分
1回の参加者数 【1~4名、5~9名、10~14名、15名以上】

5 プログラムの概要

- ・ 口腔機能、嚥下のメカニズム、誤飲の予防、口腔体操等を集団指導
- ・ 義歯、残存歯の手入れについて
- ・ 嚥下状態、口腔内の状態を個別に確認し、指導を行う

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

- ・ 個別指導を行うことにより、個人の口腔状態に応じた指導を行う

7 評価方法

歯科衛生士により、聞き取り、口腔内の観察により個別評価を行う。
(口腔の清潔度、口臭、舌の汚れ、義歯の清掃状況、うがいの可否、むせ、食べこぼしの有無、噛み切れる食品レベル等)

8 今後の課題

- ・ 本事業に関しては今後も同内容で継続予定であるが、一般高齢者に向けての取り組みを広げていく必要がある。

〔 歯つらつはっぴい教室 〕

市町名 栗東市

市町の概要

人口 : 64711 人
 高齢者人口 : 9199 人 (高齢化率 : 14.22%)
 担当部署 栗東市役所 長寿福祉課
 住所 栗東市安養寺1丁目13-33
 連絡先 【TEL】 077-551-0198

2010.2.1 現在

特徴

とても若いまちです。しかし、高齢化は進んできています。
 歯の意識が高いのか、歯の疾患の罹患が多いなど分析はできていませんが、歯科に関して受診率が他市にくらべてやや高いです。

1 事業の周知・勧奨方法

基本チェックリストを要介護認定者以外の65歳以上に郵送し、通所介護予防事業の内容周知と25の質問項目に加えて、通所介護予防事業の参加意向を聞いています。

特定高齢者候補者で通所介護予防事業に参加意向のある人に対して、ダイレクトメールで事業および参加勧奨をしています。

2 参加を促進するために工夫していること

教室参加者の生の声や教室の写真を案内に掲載しています。

3 事業形態

実施方法 単独・複合【運動器・栄養・その他()】
 実施機関 直接・委託【委託先: ()】
 スタッフ 【歯科医師、歯科衛生士、管理栄養士、保健師、看護師、社会福祉士各1名】
 その他 送迎 無・有(方法 ())
 費用徴収 無・有(徴収額 参加1回につき100円)
 実施場所 【 1カ所 】

4 実施内容

年間開催回数 年 1クール
 1クールの実施期間 1クール 3か月
 1クールの実施回数 1クール 6回
 1回の実施時間 1回 120分

1回の参加者数 【1～4名、5～9名、10～14名、15名以上】

5 プログラムの概要

回数	内容	重点ポイント
事前ミーティング (2回)	参加者の状況や概要・包括支援センターの個別プログラム内容の共有。 各教室内容・準備物品・役割分担などの確認 参加者のプログラム立案計画	個人の疾病・生活など把握することで教室時の注意事項や関わり方など共有する。 個人のアセスメントとプログラム作成 役割の確認
第1回目 10/20(火) 13:30～15:30	オリエンテーション 自己紹介 歯科医師による「口腔器の機能の向上は何のために行うのか、その他、口の中の健康管理、定期受診の必要性など」について健康教育(30分～45程度) 歯科医師、歯科衛生士による口腔審査と嚥下、清掃状態のチェック アセスメントシート専門職～ オーラルディアドコキネシス検査(時間がなければ、2回目実施) 歯科衛生士より検査上の注意を説明してもらう	口腔と嚥下の状態を知ることができる。 口腔と嚥下の重要性が理解でき、おいしく、楽しく、しっかりと嚥んで食べる必要性を知ることができる。 スタッフ間で口腔内のアセスメント 支援の方向性確認
第2回目 10/27(火) 9:30～11:30	ミラーで自分の口腔観察 アセスメントシート観察～ 専門職 歯科衛生士から口腔・義歯清掃について(実技含む) 管理栄養士より「長寿食について」 べっぴん・男前体操、舌体操、嚥下訓練、口腔清掃の実際 セルフモニタリング用紙配布	自分の口腔の状況を知ることができる。 自分の口腔器にとってどんなことが必要なのか、セルフケアの方法を知ることができる。 (教室終了後) スタッフ間で口腔衛生状態、嚥下機能などの状況把握を共有し、支援方法について深める。
第3回目 11/10(火) 9:30～11:30	歯科衛生士「食べることに関する口腔機能について」 管理栄養士「飲み込みにくいもの、飲み込みやすいもの、飲みこみやすくする方法」 目標設定(個別面接) 「チャレンジ宣誓書」記入 コピー セルフモニタリング用紙 コピー	歯と嚥下について理解できる。 高齢者の食生活について理解でき、低栄養に対して食事をどのように工夫すればいいかわかる。 自らが口腔器の機能向上のための取り組みができ、セルフケアできる。
第4回目 11/24(火) 9:30～13:30	目標と実践状況の確認 がんばりを褒める、励まし合う。(個別で面接) 栄養・調理実習(10:30～12:00) 参加者の交流、食事時の口腔機能状態の確認 本格的な食事前にべっぴん・男前体操実施 試食後は口腔内の清掃・うがい指導を実施する。 セルフモニタリング用紙回収(コピー)	参加者同士の交流をはかり、ともにがんばることができるという意識を持つことでモチベーション維持するとともにエンパワメントできる。 体操の効果を確認できる。 食事をとおして、摂食機能を確認する。
第5回目 12/1(火) 9:30～11:30	ミラーを使って口腔内の衛生状態・口腔機能の自己チェックしてもらう。 オーラルディアドコキネシス検査 べっぴん・男前体操、口腔清掃、口腔内訓練(舌体操・嚥下訓練) 目標と実践報告会 参加者全員で自分のかんばり発表会(グループで)	自分のがんばりを自身が認め、さらにまわりの人からも賞賛されることで、エンパワメントされ、セルフケアの継続ができる。

	セルフモニタリング用紙回収（コピー）	
第6回目 12/15（火） 9:30～11:30	セルフモニタリング用紙回収（コピー） 目標設定の変更・追加あれば「チャレンジ宣誓書」記入 べっぴん・男前体操、舌体操、嚥下訓練を実施 「チャレンジ宣誓書の発表」	教室終了後もセルフケアの継続ができる。
自分のがんばりを確認しよう 2010/1/26 9:30～11:30	セルフモニタリング用紙回収（コピー） 歯科衛生士による、嚥下・口腔衛生状態のチェック 日常生活状況アンケート アセスメントシート聞き取り オーラルディアドコキネシス検査	教室終了後もセルフケアの継続ができる。
事後ミーティング 13:30～15:30	事業の有効性及び事業内容・方法などの評価の実施 個人プログラムの評価とまとめ	事業の有効性及び事業内容・方法などの評価の実施。来年度事業に向けての改善点の確認を行い、事業への反映をする。（対象者把握の方法）
モニタリング 事業終了後3ヶ月～6ヶ月後	アセスメントシート聞き取り オーラルディアドコキネシス検査 セルフモニタリング用紙回収（コピーして郵送にて返却）	保健師

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

口腔清掃、「べっぴん・男前体操」（舌体操）を日常生活で楽しく継続できるように教室でも歌をうたったり、調理実習をしておいしく食べたりして交流を大切にしています。

また、実践に対しては、職員が参加者を認め褒めることやグループダイナミクスを活かし参加者同士が褒め合うことで、エンパワメントがはかれるように心がけています。

7 評価方法

評価の内容については、プログラムの内容参照

参加前、中間、終了時の検査等の数値の変化を参加者にみせることで、実践継続の糧にしてもらうようにする。

事業終了後、歯科医師にも参画いただき教室のあり方や参加者の変化、啓発について確認と協議を行っています。

8 今後の課題

口腔器の機能の大切さについての意識が低いことが課題です。

口腔機能の大切さについてまだまだ啓発ができていない。情報発信の方法や仕組みを考えていく必要があると感じています。

平成21年度 特定高齢者 口腔機能向上事業

(けんこう
健口教室)

市町名 日野町

市町の概要

人口 : 23,233人
高齢者人口 : 5,540人 (高齢化率 : 23.8%)
担当部署 : 介護支援課 (日野町地域包括支援センター)
住所 : 蒲生郡日野町河原一丁目1番地
連絡先 【TEL】 0748-52-6501 (包括 52-6001)

特徴

1 事業の周知・勧奨方法

基本チェックリスト送付時、生活機能評価結果通知時に教室のちらしを同封した。
広報紙での周知
電話、訪問による参加勧奨 (一部)

2 参加を促進するために工夫していること

教室のちらしの内容を工夫した。(気づきを促す内容、教室の具体的な内容も表示した)

3 事業形態

実施方法 (単独) 複合【運動器・栄養・その他 ()】
実施機関 (直接) 委託【委託先 : ()】
スタッフ 【 歯科衛生士 、 保健師 、 社会福祉士 ()】
その他 送迎 無 ・ (有) (方法 公用車、運転手雇用)
費用徴収 (無) ・ 有 (徴収額)
実施場所 【 1 力所】

4 実施内容

年間開催回数	年	1	クール
1クールの実施期間	1クール	2	か月
1クールの実施回数	1クール	3	回
1回の実施時間	1回	90	分

1回の参加者数 【1～4名、5～9名、~~0～14名~~ 15名以上】

5 プログラムの概要

- 1回目 あいさつ、自己紹介
口腔チェック
口腔の講義
お口の体力測定（班ごとに自己チェック：口の観察、パタカ測定、唾液量）
お口の体操（実施と宿題）
- 2回目 口腔の講義
お口の体操（実施と宿題、目標発表）
唾液量測定
- 3回目 口腔の講義
お口の体力測定（班ごとに自己チェック：口の観察、パタカ測定、唾液量）
お口の機能を食べ物で実感しよう（ゼリー、パン、お茶）
口腔清掃
修了証の交付

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

自分で口を観察するなど、セルフケアを促すはたらきかけをした。
体験的な内容をいれ、実感しやすい内容にした。

7 評価方法

質問票（基本チェックリスト他）による変化
パタカ（オーラルディアドコキネシス）測定

8 今後の課題

2クール目実施を予定していたが、人数が集まらなかった。（個別訪問で対応）
適切な対象者をどのようにひらい出すかが課題である。
H22年度も、通所型と訪問型を組み合わせ実施する。
体操の定着を図るところまで到達できなかった。

平成21年度 特定高齢者 口腔機能向上事業

〔 健口歯つらつ教室 〕

市町名 竜王町

市町の概要

人口 : 13348人
高齢者人口 : 2416人 (高齢化率 : 18.1%)
H22年1月末現在
担当部署 : 福祉課地域包括支援センター
住所 : 竜王町大字小口4-1
連絡先 【TEL】(0748)58-3704

特徴

歯科衛生士による個別アセスメントや個別プログラムの提供により、参加者の状況に合わせた支援をしています。
家でも継続して取り組んでもらえるよう、宿題の提供や教室参加時に実施状況を確認しています。

1 事業の周知・勧奨方法

- ・基本チェックリスト配布時、事業紹介のちらしを同封。
- ・町の広報4月号へ事業の紹介について掲載。

2 参加を促進するために工夫していること

- ・国保歯科医師のアドバイスのもと、町内の歯科医師へ口腔機能向上事業等について説明をする。歯科医師による動機付け支援が得られる体制の構築を目指す。
- ・保健師による参加勧奨時、自覚症状への気付きやできるだけ教室のイメージがわくための声かけをする。
- ・送迎があるため、会場までの交通手段がない人も参加しやすい。

3 事業形態

実施方法 単独 ・ 複合【運動器・栄養・その他()】
実施機関 直接 ・ 委託【委託先 : 竜王町社会福祉協議会】
スタッフ【歯科衛生士 1~2人、栄養士 1人、介護職員 2人】
その他 送迎 無 ・ 有 (方法 : 介護職員が自宅へ訪問)
費用徴収 無 ・ 有 (徴収額)
実施場所 【 1カ所 】

4 実施内容

年間開催回数 年 2クール
1クールの実施期間 1クール 3か月
1クールの実施回数 1クール 6回
1回の実施時間 1回 120分
1回の参加者数 【1~4名、 5~9名、10~14名、15名以上】

5 プログラムの概要

教室参加前に参加者の自宅でサービス担当者会議を開催

全体の運営は竜王町社会福祉協議会が実施

初回 教室の概要説明

個別面談・指導（アセスメント、個別プログラムの提供） 歯科衛生士

口腔嚥下機能について学習（スライド）・健口体操 歯科衛生士

2回目 健口体操、唾液腺マッサージ、早口言葉、顔を使ったレクリエーション等 個別確認（口腔嚥下機能の変化、宿題等）

3回目 個別面談・指導（アセスメント、宿題等の確認） 歯科衛生士

健口体操、早口言葉、体験学習（食材を使用して）等 歯科衛生士

4回目 2回目と同様

栄養についての講義 栄養士

5回目 個別面談・指導（最終アセスメント） 歯科衛生士

健口体操、早口言葉、顔を使ったレクリエーション等 歯科衛生士

最終回 健口体操、唾液腺マッサージ、早口言葉、顔を使ったレクリエーション等 個別確認（口腔嚥下機能の変化、宿題等）

最終評価（目標達成状況、基本チェックリスト、主観的健康感） 保健師

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

- ・講義のみではなく、体験学習やレクリエーション等を実施し、楽しく学んでもらえるよう工夫している。
- ・歯科衛生士によるタイムリーなアドバイスにより、課題に対して取り組みやすい。
- ・委託先事業所職員と歯科衛生士が連携を図る中で、比較的専門的知識が習得しやすい。

7 評価方法

- ・歯科衛生士による口腔嚥下機能アセスメント（問診、RSST、オーラルディアドコキネシス等）。
- ・基本チェックリスト及び主観的健康感の変化。

8 今後の課題

- ・基本チェックリストに該当し教室勧奨をしても、参加につながりにくい現状がある。参加者が定員を満たさない現状があるため、来年度は1クールの開催となるが、H23年度以降は運動教室との複合としての開催も検討中である。
- ・広報に掲載しても興味がないと見ない等の傾向にあり。地域の情報網に合わせた啓発により、より多くの人に取り組みを知ってもらいたい。
- ・卒業後の取り組み状況の把握ができていない。
- ・保健師のヘルスコミュニケーション技術の向上により、生活レベルに合わせた動機付け支援ができること。

〔かむカム教室〕

市町名：甲良町

市町の概要

人口：8,025人
高齢者人口：1,964人(高齢化率：24.47%)
担当部署：保健福祉課 介護グループ 地域包括支援センター
住所：犬上郡甲良町在士357-1
連絡先【TEL】：0749-38-5161

特徴

参加者が、楽しく皆とコミュニケーションをとりながら、「見て・聞いて・体験して」
自分を知り、気づきのある教室を開催しています。

1 事業の周知・勧奨方法

- ・広報で教室の開催状況について掲載し、事業の周知を行っている。
- ・生活機能健診の結果で、結果案内とともに特定高齢者に決定された方に該当する教室を紹介、案内している。希望する方は申込書にて申込みしてもらっている。
- ・教室開催前に、口腔機能向上に該当する特定高齢者に対して電話や家庭訪問を行い教室の説明と参加の声かけを行っている。
- ・送迎できる体制を整え、教室参加希望者で送迎の必要な方には送迎を行っている。

2 参加を促進するために工夫していること

- ・基本チェックリストの結果および医師の診察の結果について、口腔機能の向上教室参加の必要性を家庭訪問にて説明し、自覚症状の状態について再度確認している。その状況によって教室の内容を説明し、教室参加を促している。

3 事業形態

実施方法 単独 複合【運動器・栄養・その他()】
実施機関 直接 委託【委託先：鈴木ヘルスケアサービス株式会社】
スタッフ 【 歯科衛生士・コーディネーター・介護職員・包括職員 】
その他 送迎 無 ・ 有
(方法：事前に送迎希望をとり各家庭まで送迎。乗合性)
費用徴収 無 ・ 有(徴収額 1回、100円)
実施場所 【 1 力所】

4 実施内容

年間開催回数 1年 1クール
1クールの実施期間 1クール 3か月
1クールの実施回数 1クール 3回
1回の実施時間 1回 120分
1回の参加者数 【1～4名、5～9名、10～14名、15名以上】

5 プログラムの概要等

【1回目】 9:00 ~ 受付 9:30 ~ 事業の目的説明 自己紹介・各種テスト 歯科衛生士の講義 個別口腔チェック 口腔体操 など ~ 11:30 修了
--

【2回目】 9:00 ~ 受付 9:30 ~ 歯科衛生士の講義 口腔レクリエーション 口腔体操 など ~ 11:30 修了

【3回目】 9:00 ~ 受付 9:30 ~ 歯科衛生士の講義 各種テスト レクリエーション 個別口腔チェック 口腔体操 など ~ 11:30 修了(終了式)

6 事業実施にあたり工夫しているポイント

- ・参加者が楽しく参加できるような場づくりにしている。
- ・参加者に積極的に発言してもらい、参加者同士が話せて仲間づくりの場となるよう進行している。
- ・参加者の中で耳の聞こえにくい人や動くときに見守りのいる人にはスタッフが近くでフォローし、しっかり伝えるようにしている。
- ・咬合力チェックをガムを用いたり、だ液量チェックなどを参加者が目で見て確認でき、わかりやすいようにしている。

7 評価方法

- ・歯科衛生士による個別口腔チェック(清掃状況・口腔内および歯の汚れ・食物残渣の状態・歯の状況など)での口腔内状態の変化
- ・RSST、パタカテスト、咬合力テスト、基本チェック、健康感、を教室の前後で行う。参加者が設定した目標の達成度(自己評価)

8 今後の課題

- ・教室スタイルで実施する際、個別で歯科衛生士の口腔チェックを実施しているが、人数が多いと歯科衛生士に負担がかかってしまう。しかし、参加者が少ないとお互いの仲間づくりの場になりにくいいため、定員数および教室の回数の検討が必要。
- ・3ヶ月(月1回×3回)という期間では、大きく変化がみられにくいいため教室の期間について検討が必要である。しかし、あまり時間を開けてしまうと記憶が薄れたり、参加意欲が薄れてしまう。従って、教室修了後も個人が家庭で口腔体操や清掃を続けられるように教室の中で伝えていく必要がある。
- ・参加者にわかりやすい資料など媒体について準備や工夫が必要。教室が楽しい場となるような雰囲気づくりをスタッフが意識して行う必要がある。
- ・基本チェックで回答した時点から教室開催までの期間に、歯科受診などを行い状態が改善している人がある。その人は教室に参加しないため、教室修了者として評価できない。訪問体制もとっていないため、個人の主観に大きく左右されることが多い。
- ・基本チェックリストで「口が渇く」という項目について、糖尿病やその他の疾患によって該当すると答えている人があり、口腔機能向上のための教室では改善がむずかしい。

2 通所事業所における口腔機能向上サービスの取り組み事例

通所介護サービス事業所の事例

ゆうらいふデイサービス（守山市内）

さくら倶楽部（大津市内）

通所リハビリテーション事業所の事例

坂田メディケアセンター（米原市内）



通所介護事業所 口腔機能向上サービス

ゆうらいふデイサービス



事業所の概要

定員 1日35名
スタッフ 生活相談員 介護士 看護師 歯科衛生士

口腔機能向上加算者数 88名(平成22年1月現在)

法人名 特定非営利活動法人ゆうらいふ
住所 〒524-0214 滋賀県守山市立田町1231番地4
連絡先 【TEL】 077-585-4070

特徴

あなたの生活を応援します!!

自分の事が自分で出来るあたりまえの生活を送るために

- * 体力や機能の維持向上、社会参加の促進、介護負担の軽減・・・機能訓練、生活リハビリ
- * 自分の口から美味しく食べるために・・・口腔ケア、口腔機能訓練

◆ 一日の流れ ◆

「おはようございます!」
デイサービスでの一日の
始まりです



9:30
送迎到着予定
健康チェック
健康相談



「今日のお加減
いかがですか?」
看護師による
健康相談、服薬相談

午前中は個々にお好きな
内容を選択し活動する
時間です。
個別の機能訓練運動等に
重点を置き、体感ゲーム
や様々な道具を使い楽し
みながら取り組みます。



個別機能訓練運動



趣味の時間



健康チェック後は
おしゃべりに
花を咲かせるもよし!
スロープ上がって2階へ
景色を満喫しながら
自転車こぎもよし!
趣味やゲームを
楽しむもよし!



エアロビクスマシンも
あります!

11:00
遊楽体操
口腔体操



頭から足の先まで
楽しみながら遊楽体操

「毎日の楽しみは
何ですか?」
「美味しくご飯を食べる事」
と多くの声が聞かれます。
美味しい食事は口が健康!
食後の口腔ケアで風邪予防、
口臭予防、お口の健康守り
ます。



11:45
昼食
口腔ケア
コーヒータイトム



口腔体操で
いつまでも自分の口から
美味しく、食事!
楽しく、会話!

ボランティアさんと共に
利用者の皆様を中心となる
絵手紙、水墨画、手芸、
カラオケ・・・。
その他にも季節に応じた
イベントも盛り沢山!



14:00
グループ活動
カルチャー教室



困りごとに応じて開催!
専門職による
健康教室!



15:00
おやつタイム
15:40
帰り送迎



機能向上ゲームで
楽しみながら
動いて、笑って
身体の機能維持向上!

ありがとうございました

ゆうらいふデイサービスでの取り組み

衛生管理プログラム



《手洗い・うがい》

来所時に手洗い・うがいを
行なっています。
風邪等の上気道感染予防に
なります。

《衛生管理

感染予防》

洗面所に限らず、全ての
場所でペーパータオルを
使用しています。



口腔機能向上プログラム



《口腔体操・嚥下訓練》

いつまでも美味しく食事が
出来る、他者との交流を楽
しむことができる事を目的
として行なっています。
噛む力・飲み込む力・声
を出す力の低下予防。
肺炎の予防にも役立ちます。



写真は口腔体操の様子で、
舌の運動をしています。



《口腔機能向上ゲーム》

ゲーム感覚で楽しく口の
運動。

写真上はストローで和紙
を吸い、落とさず誰が一
番長く保てるか・・・。



写真下はティッシュを丸
め、ストローの先に入れ
的に当てる吹き矢ゲーム。

口腔ケアプログラム

《口腔ケア・歯科健診》

口の状態に合わせた歯ブ
ラシで、口腔ケアに取り
組んでいます。
自己管理指導を行なっ
たり相談に応じています。

月に1回、歯科健診も行
なっています。



成 果

- 感染予防につながっている（インフルエンザ感染者なし）
- 食欲が維持できている
- 食後の清掃について習慣化できている
- 口腔機能訓練、口腔ケアの必要性の意識づけができてきた（家族の関心が高くなってきた）
- 生活の中で習慣化できている（生活へつなげることができている）

課 題

- まだまだ、口腔機能訓練、口腔ケアの認知度が低いため理解が得にくい
- 必要性を理解する為の情報が少ない
- 医療につながらない（入れ歯を作るのはもったいない、年なんだから仕方ない）その結果、重度化し医療費がかかる
- 医療（歯科）との連携がとれない
- 口から食べる事ができなくなったときどうするのか？ひとりひとりが考えていく必要がある

通所介護事業所 口腔機能向上サービス

デイサービスさくら倶楽部



事業所の概要

定員 1日20名
スタッフ 生活相談員 介護士 看護師 歯科衛生士
言語聴覚士
口腔機能向上加算者数 24名(H22年1月現在)
法人名 医療法人白櫻会 小金沢歯科診療所
住所 〒520-0861 滋賀県大津市石山寺三丁目24-1-101
連絡先 【TEL/FAX】077-531-0515

特徴

一生おいしく食べて、楽しく話し、よく笑うため

デイサービスさくら倶楽部は、口腔機能に障害を持った方々のための食口腔介護を支援します。

おいしく食事が食べられるように 口腔ケア、口腔機能訓練

コミュニケーションを楽しめるように 言語聴覚療法、口腔機能訓練、音楽療法

【口腔機能訓練】

レクチャー

口の動き、口腔ケアの大切さを目で見てわかる教材や時には実習を交えて、感じていただきます。



機能向上訓練

しっかりと口から食べられるように、口の周りを動かす訓練をします。



口腔ケア

しっかりケアできていなければ虫歯や歯周病、誤嚥性肺炎の引き金となります。正しいやり方でできているか、ケアが不足なところはどうすればいいのか歯科衛生士がアドバイスします。また、利用者の状態に合わせたケアの仕方も考えます。



【言語聴覚療法】

失語症や構音障害で人と話すのが苦手になってしまった方や、言葉がスムーズに出にくくなってしまった方に、言葉のリハビリテーションを行ないます。話す機会が増えることは、口の機能を高めることとなります。



言語聴覚士による言葉の生活リハビリ

【音楽療法】

音楽が流れると、普段は物静かな方でもつい歌ってしまうもの。歌をうたうということは、口の周りや呼吸筋をよく動かすということにつながります。音楽を楽しみながら、呼吸や口の周りの機能を高めることができます。



口腔機能訓練

+

言語聴覚療法

+

音楽療法

【誤嚥性肺炎の予防】

口腔機能訓練、言語聴覚療法、音楽療法を通じて、嚥下にかかわる器官に多方面からアプローチし、誤嚥性肺炎が起こらないよう、そしていつまでも自分の口からおいしく食事できるように、お手伝いいたします。

成 果

- ・自分の口の中に関心を持つようになった。
- ・デイでの食後の歯磨きが定着し、利用者自らするようになった。
- ・インフルエンザ・ノロウィルスの感染が予防できている。
- ・歯科との連携が取れ、必要があればすぐに受診できる。
- ・家族の意識も高まり、歯科受診につなげやすくなった。

課 題

- ・現在問題意識を持たない利用者に対して、どう対応していくか。
- ・自宅でのケアをどのようにしていただくか。
- ・経管栄養・胃瘻の利用者に対するケア、訓練の進め方をどのようにするか。

氏名	Aさん		カルテ番号	
調査実施日		実施者名	特記事項	
H21年 9月 26日	クロ		少し練習するとできる場合が多い	
H22年 1月 14日	アカ			
年 月 日	アオ			
年 月 日	ミドリ			

大項目	No	小項目	0	1	2	3	実測値
呼吸機能	1	呼吸数 / 1分			●	◆	
	2	最長呼気持続時間		●	●	◆	
	3	ローソク消し	●			◆	
	4	痰の喀出		●		◆	
発声練習	5	最長発声持続時間			●	◆	
鼻咽喉閉鎖機能	6	/ a / 発声時の視診			●	◆	
	7	口蓋反射			●	◆	
	8	Blowing時の鼻漏出			●	◆	
	9	母音発声時の鼻漏出			●	◆	
構音運動機能	10	口唇の安静時			●	◆	
	a 安静時の状態	11	舌の安静時			●	◆
	12	下顎の安静時			●	◆	
b 運動範囲	13	舌の突出				◆	
	14	舌の右移動				◆	
	15	舌の左移動				◆	
	16	上唇をなめる				◆	
	17	下唇をなめる				◆	
	18	舌尖の挙上		●		◆	
	19	奥舌の挙上		●		◆	
	20	硬口蓋をなめる		●		◆	
	21	右の頬を押す		●		◆	
	22	左の頬を押す		●		◆	
	23	頬をふくらませる		●		◆	
	24	口唇の閉鎖	●			◆	
	25	口唇を引く			●	◆	
	26	口唇の突出			●	◆	
c 反復運動での速度	27	舌の突出-後退			●	◆	
	28	舌の左右運動				◆	
	29	連続舌打ち	●			◆	
	30	口唇の開閉				◆	
その他	31	下顎の挙上-下制				◆	
	32	流涎				◆	
	33	嚥下(水分)				◆	
	34	嚥下(固形物)				◆	
	35	精密水飲みテスト					
	36	RSST					
	37						
	38						

(旭式発語メカニズム検査簡易版 Ver.2 : 摂食機能研究会改変)

1. 姿勢の確認	安定した姿勢が保持	
2. 深呼吸	お腹に手を当てゆっくり深呼吸	7回
	ゆっくり吸う 5秒息止め 最後まではく	3回
	ブローイング	
3. 首肩の運動	首を前後左右に曲げる。ゆっくりまわす	3回
	肩を上げたり下げたり	3回
4. 舌の運動	上唇 下唇をなめる	2回
	左右の口角をなめる	2回
	舌で口蓋をなめる	2回
5. 唇や頬の筋肉の強化	頬を膨らませる しぼませる	5回
	片方ずつ膨らませる	5回
	「ウ」「イ」とオーバー繰り返す	3回
6. 発声	「アー」を大きな声で 10秒伸ばす	2回
	「アッ、アッ、アッ」と短く切って発声する	2回
	舌で頬を押す、左右	5回ずつ
7. 頬の運動	頬を膨らませる しぼませる	5回
	片方ずつ	5回
8. 大きな声を出す	「アー」と大きな声で5秒のばす	
	プッシング 「エイ！」	5回

言語聴覚療法評価表(失語症等)

氏名 Aさん 様(70)歳 男(女) 女 疾患名 脳梗塞

評価日 2006年7月14日 担当 _____

分類 全失語 ローカ失語 ウェルニッケ失語 伝導失語
 失名詞失語 超皮質性運動失語 超皮質性感覚失語 非定型

重症度 最重度 重度 重度～中等度 中等度 中等度～軽度 軽度
 言語様式別評価

	1	2	3	4	5	6	7
聴覚的理解	理解不可能	ごく限られた数の単語の理解可能	単語の理解は可能	文の理解が少し可能。日常会話はどうにか解る。	短文の理解はほぼ可能。複雑な内容の文は困難。	ニュース等の内容理解はほぼ可能。複雑な部分の正確な理解は困難。	ほとんど障害なし
読解	理解不可能	ごく限られた数の単語の理解可能	単語の理解は可能	文の理解が少し可能	短文の理解はほぼ可能。複雑な内容の文は困難。	一般的成人向けの読み物の理解可能。複雑な部分の正確な理解は困難。	ほとんど障害なし
発話	有意味な発話なし	ごく限られた数の単語のみ。(呼称は殆ど不可能)	単語のみ。(少し実用性あり)	文による表現が若干可能。句や単語による表現が主。	文による表現はどうか可能。錯語・喚語困難頻出。複雑な内容の表現は困難。	複雑な内容をどうか表現可能。内容をまとまりを欠いたり、喚語困難などの為時々つまる。	ほとんど障害なし
書字	有意味な書字なし	ごく限られた数の単語のみ。(書称は殆ど不可能)	単語のみ。(少し実用性あり)	文による表現が若干可能。	文による表現はどうか可能。錯語・喚語困難頻出。複雑な内容の表現は困難。	複雑な内容をどうか表現可能。内容をまとまりを欠いた錯書が少し見られる。	ほとんど障害なし
計算	計算不可能	1桁の加減が可能。	2桁の加減が可能。	3桁の加減、1桁の乗除可能。	2桁以上の乗除が可能。	3桁以上の乗除が可能。	ほとんど障害なし
意欲	受動的・拒否		課題を与えられれば行う。		訓練以外にも意欲を示す		積極的

ゴール
 コミュニケーションレベル: 要介助(介助量軽減) 家庭内自立 地域自立
 相手: 近親者 非近親者 不特定他者

治療プログラム
 語音認知訓練 意味理解訓練 喚語訓練 復唱訓練 音読訓練 書字訓練
 自由会話・伝達重視訓練 コミュニケーション手段の発見と確立、促進 職業前訓練
 その他 ()

計画指導年月日 _____

ST _____

氏名	Aさん	様	年齢	70	歳
疾患名	脳梗塞				

計画指導内容

構音障害等(生理学的レベル)	失語症等(言語学的レベル)
1.呼吸訓練 2.発声訓練 3.構音器官の運動機能訓練 4.構音動作訓練 5.プロソディー訓練 6.コミュニケーション代行手段利用指導 7.その他	1.語音認知訓練 ②.意味理解訓練 ③.喚語訓練 4.復唱訓練 5.音読訓練 ⑥.書字訓練 ⑦.自由会話・伝達重視訓練(RACE法等) ⑧.コミュニケーション手段の発見と確立、促進 9.職業前訓練 10.その他

言語聴覚療法継続の目安・時期:(1ヶ月 ・ 2ヶ月 ・ 3ヶ月 ・ 長期)

GOAL	コミュニケーションレベル	/	相手
	・要介助(介助量軽減)		・近親者
	・家庭内自立		・ <u>非近親者</u>
	・ <u>地域自立</u>		・不特定他者

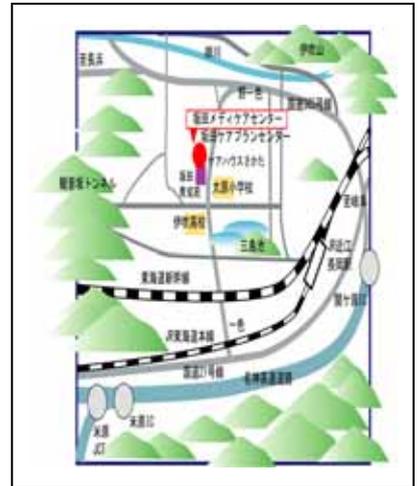
備考

同意者

印

通所リハビリテーション事業所 口腔機能向上サービス

介護老人保健施設 坂田メデイケアセンター



事業所の概要

定員 40名
スタッフ 医師・介護職員・看護師・理学療法士・作業療法士
言語聴覚士・管理栄養士・歯科衛生士・支援相談員
口腔機能向上加算者数 36名（平成22年3月現在）
法人名 社会福祉法人 青祥会
住所 滋賀県米原市野一色 1136
連絡先 【TEL】 0749-55-8211

特徴

在宅での生活を支えるため、能力に応じた日常生活ができるように理学療法・作業療法などのリハビリテーションを行い、心身の機能維持を図ります。
歯科衛生士による口腔機能向上や管理栄養士による栄養改善・栄養教室を積極的に取り組んでいます。

口腔の評価を行い、歯科衛生士から多職種へ伝達、指導を行っています。

口腔評価・指導



利用者様に対して、多職種協働で口腔ケアを実施することで一人ひとりの状態を把握することができ、全体のケアにもつながっています。

言語療法



言語聴覚士と連携して嚥下訓練を実践しています

栄養指導



管理栄養士と連携して栄養改善につなげています

口腔体操



・嚥下体操・顔の体操
・舌の体操・声だし・深呼吸

昼食前のゴックン（口腔）体操



・首、肩、舌、頬、上体の運動
・深呼吸

食後の口腔ケア



・歯磨き
・義歯洗浄

口腔機能向上プログラム

- 目的
- 感染予防
 - 口腔機能の維持・向上
 - 社会性の維持・回復



通所での口腔ケアが在宅（家庭）ケアにつながるようにする。
一人ひとりに認知症や障害による個別性の為、簡単で確実に介助ケアが出来るようにする。
歯科衛生士・言語聴覚士が他職種と連絡を取り合い、個々のケアを進めていく。

口腔ケアを通して

歯科衛生士

H18.9より口腔ケアを開始しました。初期では口腔内に汚れが残っている事や健口体操は十分にできていない事、義歯は白くのり状の汚れがあり、口臭もある状態やご家族に介助清掃をお願いするも保清はみられなかった等の様々な課題が多くありました。長期にわたり、利用者様やご家族様に声かけや協力をお願いを行い、ことばの体操（パタカラ）、首・肩・舌・頬の体操等を在宅でもしっかりしてもらえる様にケアマネジャーを通してご家族様に連絡もしていただきました。数年間、時間はかかりましたが、現在、以前は口角もれがあった方のもれは止まり、現状維持できている事、ご本人の意識が高まり、洗浄を自らしていただける事やご家族の理解が得られ、在宅でも介助保清が実施できるようになりました。

成果（利用者様・ご家族様の声）

- ・食事が美味しく食べられるようになってきた。
- ・通院・治療の声掛け連絡により口腔状態が改善された為、義歯が使いやすくなった。
- ・口腔内保清ができるようになり、インフルエンザ・誤嚥性肺炎の予防につながった。

課題

- ・利用者の口腔ケアは、脳血管障害・認知症などにより精神的・身体的に機能低下していることが多い為、個々のケアをご家族と連絡を取り合い、継続していく。

