

第 53 回 渋川摂食嚥下研究会 レポート

日 時：平成 30 年 4 月 3 日 (火)
午後 7 時 00 分～
会 場：ほっとプラザ 4 階 大会議室

時季外れの暑さが続く今日この頃、桜は満開！
平成 30 年度が始まり、第一弾として摂食嚥下研究会
今回は 2 部構成で行われ、より一層内容の濃いものに…

I 講演：「高齢者の口腔ケア～歯科衛生士の立場から～」 講師：榛名荘病院 歯科衛生士 原田 規子 先生

口腔ケアの基礎知識から
具体的方法、その効果を
話してくれました。



《フロスの使い方実習》



参加者内訳

職種	参加人数
医師	5
歯科医師	9
薬剤師	1
保健師・看護師	14
歯科衛生士	17
ST・OT・PT	8
栄養士	7
MSW・相談員	3
ケアマネ	4
介護員	40
その他	7
合計	115



本日の実習に使った数々の教材。
ここまで多いのは珍しいです。
受講者の方も興味深々です。
お菓子も教材です。
いかにも歯にくっつきそう…

群馬県歯科衛生士会
北毛支部渋川地区の皆さま、
ご指導・ご協力
ありがとうございました。

Ⅱ 演習：みんなでやってみよう！！

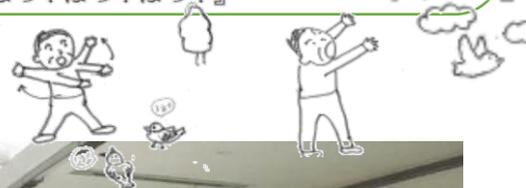
住民向け 『ずう〜つと食べ体操』



摂食嚥下研究会・渋川市高齢福祉課
ほか有志による実演です。
ぼっぼちゃん帽子（手作り）
お似合いですね♪
帽子の秘密は第1体操にあります。

『ぼっ！ぼっ！ぼっ！』

『やー！』



「ずう〜つと食べ体操」は2部構成です。

第1 = ごきげんぼっぼ体操

…食事前に行うと身体がほぐれて飲み込みに使う筋肉が動きやすくなります。

第2 = ピッカピカお顔の体操

…口、表情筋、喉、唾液腺などの体操です。

「家でも手軽にできる介護予防体操」ということを念頭に作られていますので
両方行っても、それほど時間はかかりません。体操を行いましたら、身体がほぐれるし、唾液腺の体操はすぐ効果がありました。（個人的な感想ですが…）

昨年度行った高齢者の口腔に関する調査では、口の渇きが気になる方が多数いらっしゃいましたので、ぜひ皆さまの事業所やお家で1日1回お試しください。

尚、この体操は今後、渋川市、榛東村、吉岡町のサロンなどでも行う予定です。

体操の内容が気になった方は渋川地区在宅医療介護連携支援センターまで
お問い合わせください。連携支援センターのホームページにも掲載予定です。

★次回のご案内(予定)★

第54回 渋川摂食嚥下研究会 (在宅ケアネットと合同)

日時：平成30年 6月 7日(木) 午後7時～ (日程注意！！)

会場：プレヴェール渋川

テーマ：『口腔ケアを通じた多職種連携 OHAT によるアセスメント』

東京医科歯科大学 高齢者歯科学講座 助教 中川 量晴 先生

連絡先：渋川地区在宅医療介護連携支援センター 高橋・成田

〈住所〉 渋川市渋川(長塚町)1760 番地1 ほっとプラザ 2階

〈TEL〉 0279-26-3990 〈FAX〉 0279-26-3903

〈E-mail〉 shibu-renkei@mail.gunma.med.or.jp