

③ 口腔機能の向上

- (1) 古河市 P.53
- (2) 常陸大宮市 P.55
- (3) つくば市 P.57
- (4) 潮来市 P.59
- (5) 河内町 P.61

口腔機能向上プログラムの取り組み事例

平成 19 年度の県内での口腔機能向上に関する特定高齢者施策については、通所型介護予防事業が 31 市町村（参加実人数：733 人）、訪問型介護予防事業が 7 市町村（被訪問実人数：83 人）で実施されています。

一般高齢者施策については、講演会等の開催（※口腔機能向上に限らず運動等のプログラムも含む）が 36 市町村（3,675 回開催）、地域活動への支援・協力等（※口腔機能向上に限らず運動等の地域活動支援も含む）が 21 市町村（1,287 回）で実施されています。

事例集の作成にあたり、市町村より多くの事例の提出をいただきました。どの事例も独自の工夫を凝らした、参加者に配慮した事業であり、全体的に参加者の口腔機能の改善が見られ、事業の必要性・有効性が示唆されているものと思われまます。

また、『実施上の課題』としてあがった意見としては、「参加者の人数が少ない。」や反対に「参加者が多く集団対象の事業になり個別対応が困難である。」、「事業終了後も継続したフォローが難しい。」等でした。

今回の事例集では、口腔プログラムを単独で実施する事業を 2 事例（古河市・常陸大宮市）、運動プログラムや栄養プログラムと複合させた事業を 3 事例（つくば市・潮来市・河内町）、計 5 事例を紹介することといたしました。

①古河市 特定高齢者施策・通所型介護予防事業（P. 53）

毎回、歯科衛生士による個別指導を行い、参加者の口腔内の状況にあった適切な口腔衛生指導や口腔機能向上のためのアドバイス、必要な方への受診勧奨などを行っている。

自宅で行う課題を本人と一緒に決め、自宅での取り組み状況を課題シートに記入し、参加時に提出してもらっている。

②常陸大宮市 特定高齢者施策・通所型介護予防事業（P. 55）

初回、最終回は歯科医師が専門的な機能評価を実施している。初回診査において、参加者の具体的な口腔機能低下状況を把握し、歯科治療の必要性や、口腔機能向上プログラムの個別内容を本人と歯科医師、歯科衛生士、保健師を交えて討議している。

「口腔機能の向上」の利点や考え方等を歯科医師等が講話し、参加者に口腔機能の維持向上の大切さを意識づけている。

③つくば市 特定高齢者施策・通所型介護予防事業

一般高齢者施策・介護予防普及啓発事業（P. 57）

特定高齢者及び地域の準特定高齢者（※特定高齢者ではない虚弱高齢者）を対象に運動・栄養・口腔機能向上のプログラムを実施している。

参加者自身が「まとめの学習時間」に翌週までの内容を記入することで、自宅でも行う意識付けを行っている。

④潮来市 特定高齢者施策・通所型介護予防事業

一般高齢者施策・介護予防普及啓発事業（P. 59）

運動・栄養・口腔の総合講座として実施することで、介護予防に関する認識や知識を身につけ、講座終了後の自主活動につながっている。

参加者に健康管理表の「宿題チェック表」を配布し、自宅での継続的な実施状況を記入してもらっている。

⑤河内町 特定高齢者施策・通所型介護予防事業

一般高齢者施策・介護予防普及啓発事業（P. 61）

運動、口腔プログラムを実施している。

事前事後アセスメントのほか、期間内に3回程度体力測定・口腔内診断を実施し、口腔については、その結果で全体講習・個人指導を行っている。

個人指導ではブラシの当て方、ブラシ圧の確認、唾液腺・誤嚥予防体操を指導し、自宅での実施の成果を『歯つらつカレンダー』に記入してもらっている。



事例1 (古河市)

特定高齢者施策 通所型

直営

「お口の健康教室」

市町村の概要	総面積：123.58km ² 人 口：143,962人（平成21年4月1日現在、常住人口調査による） 高齢者人口：29,184人（高齢化率：20.3%） 特定高齢者決定者数（年度内把握数） 平成19年度：1,034人 平成20年度：912人	
プログラム	口腔機能の向上	
事業概要	目的	要支援・要介護状態に陥るおそれの高い者（特定高齢者）のうち、口腔機能の向上が必要と判定された方に、口腔機能の向上プログラムを実施する事により、要支援・要介護状態の発生を予防する。
	対象者	95人
	場 所	古河市総和福祉センター「健康の駅」
	事業期間	回数年間スケジュール 1クール4回（3ヶ月間）。平成20年度は6クール実施
	従事者	保健師2名 歯科衛生士4名
評 価	改善数 83名	途中教室不参加により改善の有無不明 12人
	事前と事後に口腔機能に関するテストを実施するが、事後の結果で改善されている項目が増えている。また、アンケート結果でも教室参加前と比較して、参加後は口腔内の汚れや、口渇感が改善されていた方が多かった。	
事業の特徴 工夫した点など	<ul style="list-style-type: none"> ・毎回、歯科衛生士による個別指導を行い、参加者の口腔内の状況にあった適切な口腔衛生指導や口腔機能向上のためのアドバイス、必要な方への受診勧奨などを行った。 ・口腔体操や唾液腺のマッサージ等を「ハローハロー体操」のDVDを使用し楽しんで行えるように、また、集団でのレクリエーションも取り入れ、楽しみながら参加できるよう工夫した。 ・自宅で行う課題を本人と一緒に決め、自宅での取り組み状況を課題シートに記入し参加時に提出してもらった。 	
実施上の問題点	教室終了後も自宅での課題を継続できるか、その後のフォローが必要。送迎の確保が必要（デマンド交通（乗り合いタクシー）利用者もいた）	
安全管理	<ul style="list-style-type: none"> ・事前アセスメントでは既往歴・現病歴の確認を行い、かかりつけ医の把握をしている。また、家族等連絡先の確認を行い緊急時に対応できるようにしている。 ・口腔指導では、受診や治療が必要と思われるケースに対してはかかりつけの歯科医院への受診を勧奨している。 	

お口の健康教室

1. 対象者 95名
2. 実施回数 1クール4回 (参加者は1回に20名程度)
3. 実施時間 2時間程度
4. 講師 保健師 2名 歯科衛生士 4名
5. 場所 古河市総和福祉センター「健康の駅」
6. 実施内容

1回目 問診 アセスメント 歯周病に関するビデオ 集団指導(口腔清掃・歯ブラシ選び・ブラッシング指導)



- ①アセスメントの実施・口腔機能向上計画
・口腔内観察記録用紙記入
- ②口腔機能テスト (オーラル・ディアドコネシス・反復唾液嚥下テスト・舌の動きのチェック 等)
- ③〈個別指導〉・目標の確認・宿題シートの配布などを1,2,4回目に行っています。

2回目 口腔の講話 (保健師) 口腔プラークチェック 〈個別指導〉・目標の確認 ・宿題シートの配布

3回目 健口体操 舌の動き・噛む力についての話 (歯科衛生士) 健口レクリエーション ブラッシング指導

口腔体操や唾液腺のマッサージ等を「ハローハロー体操」のDVDを使用し楽しんで行っている。また、集団での健口レクリエーションで、・歌・しりとりなども行っています。



4回目 アンケート 健口体操 口腔機能テスト レクリエーション 口腔機能を向上させる食品について チェック表(宿題)の確認 ブラッシング指導・評価

☆毎回、歯科衛生士による個別指導を実施し、参加者の口腔内の状態にあった口腔衛生指導や口腔機能向上のためのアドバイスを行っています。保健師の講話により、全体の幅が広がりました。自宅での課題シートを活用し、本人と一緒に決めていくことで自己の課題に対する意識が高まったようです。また、健口レクリエーションを入れることで集団で楽しく行えました。

事例2 (常陸大宮市)

特定高齢者施策 通所 直営

「歯つらつ教室」

市町村の概要	総面積：348.38km ² 人 口：46,017人（平成21年4月1日現在、常住人口調査による） 高齢者人口：13,303人（高齢化率：28.9%） 特定高齢者決定者数（年度内把握数） 平成19年度：559人 平成20年度：522人	
プログラム	口腔機能の向上	
事業概要	目的	通常、健診時に実施された生活機能評価において選定された特定高齢者のうち口腔機能に障害を発生しうる可能性のあるものに対し、口腔機能の維持向上を目的として行う介護予防プログラムである。
	対象者	12人
	場 所	総合福祉センター、山方農林漁家高齢者センター
	事業期間	平成20年2月～平成20年3月の間で8回開催
	従事者	歯科医師2人、歯科衛生士2人、保健師3人、管理栄養士1人、包括支援センター職員
その他	参加費無料、送迎無し 初めての事業と言うこともあり、一部地域のみで実施した。	
評 価	改善数	初回から口腔機能に低下傾向が見られなかった3人を除く9人にプログラムを実施し、うち4人に口腔機能の改善が見られた。
	半数は改善が得られなかったが、事業実施で機能の低下が無かった事から口腔機能の維持向上の目的は達しており、継続的事业実施が有意義であることを示唆している。	
事業の特徴 工夫した点など	<ul style="list-style-type: none"> ・初回と最終回に歯科医師の協力を得て専門的な機能評価を行った。 ・初回診査においては、参加された方々の口腔機能評価診査を行い具体的な口腔機能低下状況を把握、歯科治療の必要性や、口腔機能向上プログラムの個別内容を本人と歯科医師、歯科衛生士、保健師を交えて討議した。 ・「口腔機能の向上」の利点や考え方、日常生活における「健口人生」推進を歯科医師、歯科衛生士、管理栄養士の方々に判りやすくお話しをしていただき参加者に口腔機能の維持向上の大切さを意識づけた。 	
実施上の問題点	<ul style="list-style-type: none"> ・対象者は多いにもかかわらず、教室への参加希望者が非常に少なかった。 ・特定高齢者に選定された方々が切実に機能低下を感じておられない。 ・一般高齢者を含め、口腔機能向上に関する意識を高める方策を行政側が積極的に講じて行かなくてはこの介護予防施策が機能し得ない。 	
安全管理	毎教室開始時に参加者への問診で体調等の確認を行い実施した。 また、建物内における人身・物損事故等に関しては実施場所が市の管理施設であるため損害保険が適応される。	

『歯つらつ教室』

平成 19 年度介護予防特定高齢者施策事例

「歯つらつ教室」スケジュール

歯科スタッフと連携して教室を企画

「口腔機能の向上」介護予防教室を企画する段階から歯科医師、歯科衛生士に協力を仰ぎ、短時間で効率が良い教室内容を検討した。その結果、歯科スタッフ以外の事業に従事する者の「口腔機能」に関する知識が非常に希薄で、参加者の努力目標を見いだすことが難しいことが判明。歯科スタッフが中心になって従事者の教育と参加者の機能評価を行うこととした。

特定高齢者の立場

特定高齢者は選定されただけで奇異に感じている方が多い。従って、教室では一種のカルチャースクールのように気軽に参加出来る環境作りをしなくてはならない。特定高齢者と一般高齢者の隔たりは皆無に等しいと理解するべきであろう。

加齢による口腔機能の衰えを理解

高齢者の方々は、「足腰は弱ってきたが、食事は普通に食べているから問題ない」と思われている方が多く、加齢と共に口腔機能も低下してきている事を自覚されていない。

そこで、歯科スタッフが「餅を喉に詰まらせる」などの具体例を挙げながら説明し、理解を促した。

	内容	時間	スタッフ
第 1 回	オリエンテーション 初回口腔機能診査 口腔清掃について 健口体操	9:30 ～	歯科医師 歯科衛生士、保健師 地域包括センター職員
第 2 回	摂食・嚥下について 口腔義歯の清掃・管理 健口体操 高齢者と食事①		歯科衛生士、保健師 管理栄養士
第 3 回	健口体操 レクリエーション 高齢者と食事②	11:30	歯科衛生士、保健師 管理栄養士
第 4 回	最終回口腔機能評価診査 健口体操 口腔機能向上の講話		歯科医師 歯科衛生士、保健師 地域包括センター職員

参加者の半数に改善傾向

初回の診査において特定非該当の方が3人おり、残り9名中8名に義歯不適合などの歯科治療の必要性があった。最終的に4名に口渇や咽せ、食べこぼし、嚥下不全などに改善が見られ、その他は事前状態を維持し、低下は見られなかった。今回は、1地区1月半の期間での効果であるため、本来の3ヶ月の期間ではより大きな効果が得られる事と思われる。

参加者増加対策が課題

新しい事業で、周知されていない事もあるが、対象者の人数に比較して参加者人数が非常に少なかった事が残念であった。今後、一般住民への事業の周知を目的とした、積極的なアプローチを歯科スタッフを交えて検討し、対策を立てていかなければならない事が次年度からの課題である。



歯科医師による口腔機能診査

個別に口腔内診査及び口腔機能評価を行い、機能の低下状態を把握、今後の日常生活における目標や機能向上訓練メニューを対象者と共に立案し、実践することによる効果を理解していただく。



歯科衛生士による口腔清掃指導

参加者の「口腔機能向上」意識を少しでも高めていただくよう口腔清掃指導だけでなく、歯科医師、歯科衛生士、管理栄養士が口腔に関する色々なお話を判りやすく説明した。



「ハロー歯ロー体操」実施風景

毎回、歯科衛生士会が製作した健口体操のビデオで実習を行い、家庭でも家族等と実践するように指導して、口腔機能の維持向上を日常生活のなかに取り込んでいく。

事例3 (つくば市)

特定高齢者施策 通所型
 一般高齢者施策 介護予防普及啓発事業

直営

「元気クラブ」

市町村の概要	総面積：284.07km ² 人 口：209,388人（平成21年4月1日現在、常住人口調査による） 高齢者人口：32,574人（高齢化率：15.6%） 特定高齢者決定者数（年度内把握数） 平成19年度：882人 平成20年度：919人	
プログラム	1 運動 2 栄養 3 口腔機能の向上	
事業概要	目 的	高齢者が要介護状態になることを予防する。
	対象者	基本チェックリストにより選定され、地域包括支援センターより特定高齢者として認定された方、地域の準特定高齢者（※特定高齢者ではない虚弱高齢者） 平成19年度参加者31人 特定高齢者：21人、準特定高齢者：9人
	場 所	健康増進施設「いきいきプラザ」
	事業期間	おおむね各3ヶ月、3コース各13回
	従事者	保健師・看護師・事務職・運動指導士・栄養管理士 歯科衛生士・体力測定スタッフ・運動普及推進員
	その他	送迎はなし、各自による
評 価	事後アセスメントにおいて、「日常生活における教室の効果」を集計したところ、各項目とも6～7割の方が「改善された」「だいぶ改善された」との結果が得られた。	
事業の特徴 工夫した点など	<ul style="list-style-type: none"> ・「まとめの学習時間」に参加者自身が翌週までの内容を記入することにより、自宅でも行う意識付けをした。 ・継続して参加できなかった方に対して、地域包括支援センターと連携をとりながら支援した。 	
実施上の問題点	元気クラブ終了後も継続した指導が受けられるような体制づくりが求められる。	
安全管理	開始前に参加者の健康チェック（血圧測定、体調確認）を実施。終了後、開始前に血圧が高いなど体調不良の方に対し健康チェック。	

1 実施時間

1時間30分

2 スタッフ役割

- ・保健師，看護師，事務職：教室全体の運営，参加者の健康チェック，生活指導
- ・運動指導士：運動指導，相談
- ・管理栄養士：食生活指導，相談
- ・歯科衛生士：歯科保健指導，唾液や嚥下に対する指導など
- ・体力測定スタッフ（トータルヘルスプラザ委託）：体力測定・評価
- ・運動普及推進員：参加者への声かけ，介助など

3 実施内容

<事業の流れ>

- 地域包括支援センターより提出された基本情報・ケアプランをもとに個別サービス計画を作成し，運動を中心に1コース13回行う。
- 管理栄養士，歯科衛生士の健康講話・個別相談（5回目，9回目）
- 体力測定の実施・評価（2回目，12回目）
- 健康チェックなどをもとに保健師・看護師・管理栄養士による生活・栄養指導を実施。
- 終了後，個別に評価し，地域包括支援センターに報告する。

<当日の流れ>

- 健康チェック→ストレッチ・「お口の体操」・「唾液腺マッサージ」・筋トレ・いす体操等
→まとめの学習時間
※徐々に運動量を増やしていく。

4 参加者個人の感想・評価

- (76歳・女性) 3ヶ月間教えていただきました。唾液腺刺激法など大変良かったと感じています。その他，それほど力を入れずに軽い運動を続けられるので転倒予防に役立つと思いました。
- (65歳・女性) クラブで習ったひとつひとつの体操を思い出しながら，時々，続けています。自分のものになりつつあります。
- (71歳・男性) ストレッチ体操を覚えたいと思い参加しましたが，講義も食事や口腔の手入れなど他の内容もあり，有意義なものとなり感謝です。

事例4 (潮来市)

特定高齢者施策 通所型

一般高齢者施策 介護予防普及啓発事業

直営

「介護予防の達人養成講座」

市町村の概要	総面積：62.67km ² 人 口：30,850人（平成21年4月1日現在、常住人口調査による） 高齢者人口：7,118人（高齢化率：23.1%） 特定高齢者決定者数（年度内把握数） 平成19年度：157人 平成20年度：293人	
プログラム	1 運動 2 栄養 3 口腔	
事業概要	目的	要介護状態の発生予防を目的に、特定高齢者等を対象として運動・口腔・栄養の総合講座として介護予防に必要な知識と、運動の実践を通して介護予防の向上を目指します。
	対象者	11人(介護予防の達人養成講座) 特定高齢者5人 一般高齢者6人
	場 所	潮来市保健センター
	事業期間	回数年間スケジュール等： 平成19年11月7日～20年1月30日の間で10回開催
	従事者	作業療法士 歯科衛生士 管理栄養士 包括支援センター職員
	その他	参加費無料 教材費自費負担
評 価	改善数	健康改善者数3名 長座体前屈が向上した者8名 立ち上がり改善9名
	参加者については、おおね体力測定結果の向上が認められ、改善している項目が増えている。	
事業の特徴 工夫した点など	総合講座として実施することで、介護予防に関する認識や知識を身につけ、講座修了後も自主活動につながった。 健康管理表の「宿題チェック表」を配布し、自宅での継続的な実施状況を記入してもらった。	
実施上の問題点	健診結果において運動器等には問題がないものの、口腔機能に問題がある者が多く、口腔機能の教室を増設することを検討したい。	
安全管理	講座開催前に、必ずバイタルチェックを実施し、血圧と心拍数を計測し記録をとる。運動プログラム時には、こまめに水分を補給するように指導。 開催日以外の日は家庭での体調管理についても、用紙に記入し、事前に提出してもらい、内容を保健師が確認、聞き取りを行う。	

※平成19年度実績

めざせ!

介護予防の達人 養成講座

1. 目的

運動・栄養・お口の健康など介護予防に必要な知識と、運動の実践を通して一人ひとりの介護予防力の向上を目指します。誰でもどこでもできる簡単な体操です。

2. 対象

65歳以上の方で介護予防の必要がある人 15名（先着順）

- ・介護予防って何だ？
- ・最近足腰が弱くなってきた
- ・ちょっとしたところで転びやすくなった
- ・外出する機会がほとんどない など

3. 内容

【日 時】毎週水曜日 午前9:30~11:30

平成20年11月5日	開講式	12月17日	運動器
12日	運動器	24日	栄養について
19日	運動器	平成21年1月7日	運動器
26日	お口の健康	14日	栄養について
2月3日	運動器	21日	運動器
10日	お口の健康	28日	閉講式

【場 所】潮来保健センター（潮来市辻） リハビリ室

【持ち物】運動できる服装・水分補給のための飲み物・筆記用具

4. 講師

作業療法士・理学療法士・管理栄養士・歯科衛生士などの専門職

5. 申し込み

別紙申込用紙に必要事項を記入し、地域包括支援センターまで提出してください。

*定員になり次第締め切らせていただきます。

6. 主催・問い合わせ先

潮来市介護福祉課（潮来市辻626） TEL0299-63-1111, FAX0299-80-1410

潮来市地域包括支援センター（潮来市辻765）

TEL0299-63-1288, FAX0299-63-1265



歯科衛生士の「お口の健康」の話です。
「安全に いつまでも おいしく食べられる」ように
皆様真剣に話しを聞いております。

「健康な体」は「健口」から始まります！
歯科衛生士が口腔機能向上・口腔ケアについて
実際に参加者の方に実技をおこなっています。



※ こちらは平成20年度の募集パンフレットと事業風景です。

事例5 (河内町)

特定高齢者施策 通所型

一般高齢者施策 介護予防普及啓発事業

直営

「元気アップはつらつ教室」

市町村の概要	総面積：44.32km ² 人口：10,327人（平成21年4月1日現在、常住人口調査による） 高齢者人口：2,914人（高齢化率：28.2%） 特定高齢者決定数（年度内把握数） 平成19年度：170人 平成20年度：164人	
プログラム	1 運動 2 口腔	
事業概要	目的	主に要支援・要介護状態に陥るおそれの高い特定高齢者を対象に運動・口腔機能向上の介護予防のための「元気アップはつらつ教室」を実施する。
	対象者	11人〔口腔：5人（辞退2人） 運動：9人（辞退3人） 重複3人〕
	場所	河内町保健センター
	事業期間	平成20年5月～平成20年11月の間で24回開催
	従事者	町職員：事務1人、保健師（看護師：臨時）1人 講師：運動指導員1人、歯科衛生士1人
	その他	一般高齢者も参加（13人）
評価	改善数	口腔：2 運動：3
	口腔(3人)では、基本チェックリスト項目で2項目改善が1人、1項目改善1人、1項目改善別項目低下が1人。運動で参加した特定及び一般高齢者でも11人に口腔内の清潔度の向上・歯科受診の増加と口腔に対する意識が高くなった。 合同で行ったことで教室の出席率も85%（特定77%）と高くなり、ICFモデルの基本概念のとおり、参加することにより生活活動レベルが上がり、心身機能の現状維持または改善につながると思われる。 運動(6人)では、基本チェックリスト項目で2項目改善が1人、1項目改善が2人、現状維持が3人となる。2項目改善の方においては運動メニューの実施が、100%で、正座が出来るようになるという目標を達成された。運動を実施していく中での疑問や体の不調等に指導員とのお便りを通しアドバイスがなされ、その都度対応が出来たことで運動が継続され改善につながったと思われる。	
事業の特徴 工夫した点など	<ul style="list-style-type: none"> 一般高齢者には会場設営や指導の際のモデル、特定高齢者の安全確保のための補助員等のお手伝い願っている。 事前事後アセスメントのほか、期間内に3回程度体力測定・口腔内診断を実施し、口腔については、その結果で全体講習・個人指導を行っている。 誤嚥予防、唇・舌・頬の筋力向上の「ハロー歯口体操」を参加者全員で実施した。個人指導ではブラシの当て方、ブラシ圧の確認、唾液腺・誤嚥予防体操を指導し、自宅での実施の成果を『歯つらつカレンダー』に記入していただいた。 体幹の強化・血流の向上による全身機能の向上を図るため、講師考案の「わっはっは体操」やスクワット・その場歩き・手のグッパ運動を取り入れた音楽体操(ズンドコ体操)を実施している。 参加者が自宅で実施した運動を記入する「成果票」用紙を配布、翌週回収し目標の70%以上達成した人に「ご褒美賞」を送り意欲の継続を図っている。 期間内に栄養についての講話・調理実習の時間を設け、栄養の適正な摂取についても理解いただき、介護予防の効率化に資する。 	
実施上の問題点	<ul style="list-style-type: none"> 運動器の機能低下の原因となっている部位の改善のプログラム作成・提示方法 歯科医師・理学療法士の協力を得ることも必要でないか。 	
安全管理	緊急時の連携のため、かかりつけ医療機関・主治医を確認。 本人による健康状態の申告や身体、血圧、体力測定を実施。 水筒持参していただき、こまめに水分補給していただく。	

元気アップ・はつらつ教室

1. 対象者 16名 (一般高齢者・特定高齢者の混合教室)
2. 期間 5月～11月 毎週火曜日 全24回
(参加者1人につき 6か月を1クールとして実施)
3. 実施時間

時間	栄養改善教室がある日	基本メニューのみの場合	口腔機能講座がある日
10:00～13:00	栄養改善教室		
13:30～15:00	基本メニュー	基本メニュー	基本メニュー
～16:00			口腔機能講座

4. 講師
町保健師 (看護師) 運動指導員 歯科衛生士
5. 場所 ・河内町保健センター

◆毎回行われるのが、こちらの基本メニューです。



- グッパ体操 (準備運動)
- フッハッハ体操 (第1・2・3)
- 今日のテーマ
- 基本運動
- ズンドコ体操 (音楽体操)
- ご褒美賞の発表
- ハロー歯ロー体操
- ストレッチ (整理体操)

- ◆個別に行われる体力測定・口腔チェックは、上記のメニューの途中で順次行われています。
- ◆はつらつカレンダー用紙の活用で意欲の向上や習慣化の定着を図っています。
- ◆1人あたりの口腔個別指導にかかる時間は25分で、ゆとりのある聞き取りを心がけています。
- ◆1人にかかるクール期間は6か月とし、参加者の意欲向上や習慣化などについて十分に関わりが出来るように配慮しています。
- ◆包括支援センターへの報告、参加者への総評に棒グラフを加えて説明しています。



嚥下テストを行っています

