

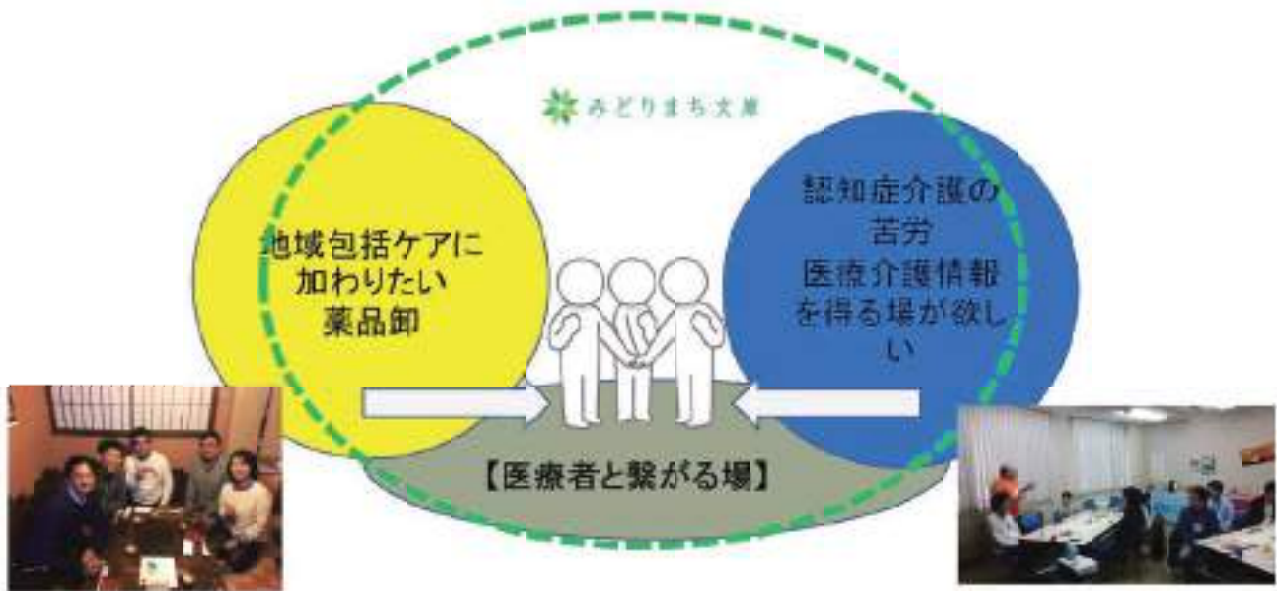


## 健康ごはんの取り組み

薬剤師×管理栄養士×産直×食育インストラクター



# 薬品卸と市民のマッチング



## ペンギンカフェ



## 2、歌と医療





管理栄養士小川豊美  
×○○

在野療養の現場でこそ活かせる管理栄養士のスキル

「管理栄養士歴30年の技術と知識全部見せます」

第6回  
訪問栄養指導あれこれ  
生ききる為の食支援編

受講料：3,000円  
講師：管理栄養士 小川豊美 株式会社よみ

平成29年  
8月18日(金) 18:30~20:00

場所：運動センターキングスベースみどり止布支所  
〒997-0045 山形県鶴岡市みどり町17-15

対象：地域で働く訪問栄養指導の技術が知りたい方  
訪問栄養士、栄養士、栄養師、食生活アドバイザー、食育指導員、栄養士、食生活アドバイザー

※申し込みは「訪問栄養指導の技術が知りたい方」の申し込み用紙をダウンロードし、お申し込みください。  
http://www.yomi.co.jp/food/2017/08/18/

講師：株式会社よみ  
〒991-0012 山形県鶴岡市北河原町327番地21

フリースタイル  
管理栄養士とよみの  
地域活用でおいしく健康管理

地元食材の料理を  
美味しく食べる会

今夜は  
「クリームシチュー」!

毎日忙しい皆さん  
月に一度は温かいシチューで  
リフレッシュの時間を一緒に

会場 MOORIMACHI Lab.  
日時 11月22日(水)18:00開店  
料金 1800円

美味しい食事でおしゃべりしながら情報交換

MOORIMACHI Lab.  
営業時間 10:00~20:30 (日・18時休業)  
TEL 0225-25-6587  
住所 〒980-0265 鶴岡市大町4丁目-6

鶴岡市大町4丁目-6  
大町商店街の角 徒歩5分 公園あり

**テーマ**  
**「つや肌・つや髪とタンパク質のお話し」**  
 会場 POWER GATE 新国市切通町3-26 TEL.31-8629

**1時限目 体育**  
**伊藤祐輔先生** 筋肉職人（POWER GATE）

**2時限目 食育**  
**小川豊美先生** 管理栄養士（株）とよみ

いつでもきれいなつや肌とつや髪で過ごしたい。そのためには運動とコラーゲンとケラチンといったタンパク質を上手に取るのが大事ですね。  
 新国のアロ伊藤祐輔先生と栄養のプロ小川豊美先生が楽しくお話しします。お話しはタンパク質をテーマにしたスイーツをご用意します。お楽しみください。ぜひお楽しみください。【let's 筋肉栄養】

**日時** 2017年12月10日（日）10:00～12:00  
**持ち物** 動きやすい服装・水・タオル  
**受講料** 1,500円  
**申込み** (株) 瀬尾医療進歩事務所  
 TEL 0235-25-6567 (瀬尾)

旬の食材をより美味しく、食事から健康に！！

# お肌

**Part1** 普段の食生活・困っていることを相談してください

- 体の中から肌きれい**  
 管理栄養士 小川とよみ（株式会社とよみ）  
食生活や肌の悩みをテーマにしたお話しや体験メニューをご用意し、肌を美しくする食生活のポイントをお話しします。
- 肌の病気に薬のウソほんと**  
 薬剤師 丸山さとし  
お肌のトラブルについてお話しするだけでなく、お話しした内容を薬の力で実践します。

2017  
 7月25日（火）  
 18:00～20:00

参加費 3,000円  
 会場 本店 本店 本店 本店 本店 本店 本店 本店 本店 本店  
 講師 小川 丸山  
 申し込み 株式会社とよみ TEL.31-8629  
 受付 0235-25-6567



主催：株式会社とよみ  
 〒317-0402 茨城県新国市切通町3-26 TEL.31-8629



## 嚥下食スイーツ イタリアンプロジェクト

様々な「連携」をプロデュース

## 株式会社瀬尾医療連携事務所

医療・多職種連携に関する  
研修事業  
コンサルティング事業  
外部サポート事業

人と人がつながる化学反応を楽しむ実験室

### MIDORIMACHI Lab.

イベントスペース  
カフェ事業  
物販事業  
料理教室

医療者と地域の異業種連携

### みどりまち文庫

会員コラボレーション  
イベント  
新事業創出



# 医療と地域をつなぐ新しい方法



医療介護課題の解決策は  
双方向が交流できる空間・機会と  
**共通の目的**により創造される



# 地域包括ケアシステムでの栄養士の関わり

大分県栄養士会 濱田美紀

## I はじめに

大分県は高齢化率 28.6%と全国 11 位（平成 25 年度）であり介護保険給付費も年々上昇している。第 5 期介護保険事業計画への移行の際、第 1 号保険料が全国で 1 位の上昇額になり、このままでは次世代へ負の財産を残す危機たる状況になった。そこで県が主体となり「地域包括ケアシステム」の構築に取り組んできた。その結果、第 6 期介護保険事業計画では介護保険料の上昇額が全国で一番低い結果となった。この取り組みの中で管理栄養士がどのように関わっているかを報告する。

## II 実践内容

「地域包括ケアシステム」の構築のため各市町村で行われている「地域ケア会議」に管理栄養士はアドバイザーとして出席している。この地域ケア会議では介護支援専門員のケアプランを見て、管理栄養士が、その人のこれまでの生活に沿って、どのような食生活にすれば元気になれるのかを提案している。ここで抽出された栄養の問題に多職種と関わり、在宅での支援を行うことで、高齢者が実際に暮らしている家で、どのように行動変容を起こせば元気にすごせるかを理解していただける場面が増えてきている。

## III 結果

大分県で高齢者が元気になりその結果として介護保険料の上昇率の低下という良い報告ができています。この取り組みを機会に各市町村や介護保険事業所がやはり運動だけでなく口腔状態の確認を行い、栄養をしっかりと摂ることが大切だという意識が広がっている。

## IV 考察

地域包括ケアシステムを構築していく中で高齢者が在宅で元気で過ごすためには、運動・口腔・栄養を合わせて取り組むことが大切だということを、住民にも周知してもらっていることを感じている。そのためには、医療・介護が連携し在宅で多職種が協働して支援する必要性が増えると思われる。

## V 今後の課題

特に高齢者ではこれまで行ってきた食生活を変える事は難しい。しかし元気で長生きしていただくために、私たち管理栄養士は、在宅で継続できることを伝えられないと、一回限りの訪問で終わることもあり得る。そうならないためにどのような伝え方がよいのかを考える必要がある。

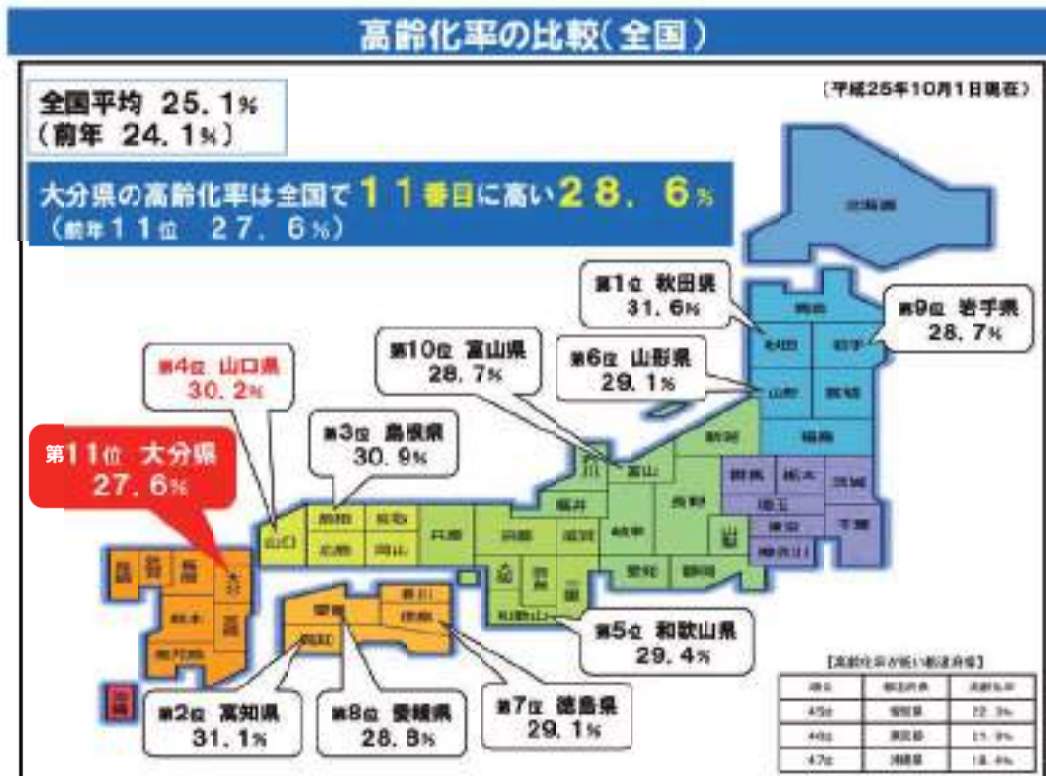


# 地域包括ケアシステムでの栄養士の関わり



出典) 大分県栄養士会「大分県栄養士会」(平成25年度) 栄養士の働き方に関する調査報告書  
 事業「地域包括ケアシステム構築支援プロジェクト」(2013年度) 地域包括ケアシステム構築支援プロジェクト「地域包括ケアシステム構築支援プロジェクト」(2013年度)

公社)大分県栄養士会  
 濱田美紀

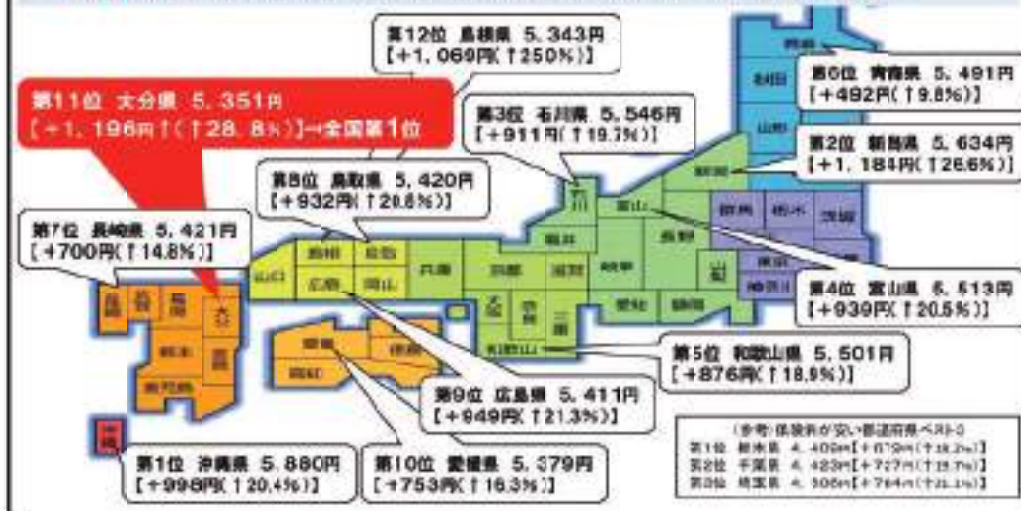


## 介護保険料の比較(全国 第4期→第5期)

全国平均 4,972円 [+812円 (↑19.5%)]

資料：国土交通省高齢社会課

- 前期比上年額及び上昇率は、大分県が**全国1位**
- 引き上げ額1,000円超  
大分県(1,196円)、新潟県(1,184円)、三重県(1,125円)、島根県(1,069円)、福井県(1,013円)の5県
- 上昇率が25%超  
大分県(28.8%)、三重県(26.9%)、福島県(25.6%)、新潟県(26.6%)、島根県(26.0%)の4県



## 地域ケア会議の目的と内容

➤ 要支援・要介護者を元気に！



## 地域ケア会議では・・

利用者の  
QOLの  
向上

自立支援の  
ための  
マネジメント  
の実現

関係者・  
参加者の  
CJT

地域課題  
の発見

専門職としての  
経験・知識が必要とされている

## ケア会議での視点・・

QOLを上げる  
ためにはどんな  
食

何が原因で今の  
状態になったの  
か？

アセスメントの重要性を伝える

本人が目標とする  
生活を達成するには  
どのような支援が  
必要なのか

今の本人の状態(身  
体的精神的・経済的・  
生活環境)での  
ニーズはなにか？

## ケア会議に出てきた栄養課題について



### 杵築市

- ・ 包括支援センターに管理栄養士を配置しケア会議で出てきた課題にすぐに対応。
- ・ サロンにも管理栄養士を定期的に入れることで栄養問題に対応



### 国東市

- ・ 包括支援センターに管理栄養士を配置しケア会議で出てきた課題にすぐに対応。
- ・ 在宅へ訪問することで個人に合わせた対応ができています



### 豊後高田市

社会福祉協議会に管理栄養士を配置。定期的に行う予防教室にて早めの対応ができています。

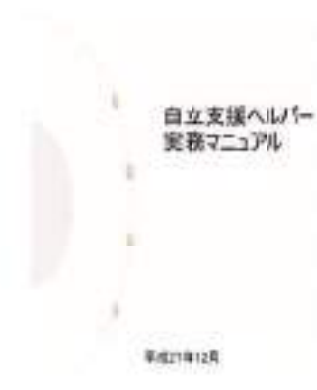
## 大分県地域包括支援センターリハ職等配置支援事業

地域包括支援センターのリハ職等の配置を推進し、介護サービス事業所等への派遣等を通じて、自立支援型サービスの一層の推進を図る。



大分県高齢者福祉課資料

# 訪問介護事業所が 「地域包括支援センターリハ職等配置支援」 を利用して多職種で関わった事例の紹介



## －事例紹介－

□年齢・性別 | 80歳・女性

□家族構成 | 独居

□要介護度 | 要支援2

□既往歴等 | 慢性心不全、慢性腎不全、Ⅱ型糖尿病、変形性膝関節症、脳梗塞後遺症



□生活歴等 | 20歳で結婚、子供4人を授かるが1人は生後3日で、長男は46歳で病気の為他界。ご主人の仕事（大工）を子供を育てながら手伝う。現在は生活保護を受給している。

□現在の生活 | ご主人を28年9月30日に亡くし、独居となる。食事はほとんど移動販売の弁当、息子嫁が持ってくる惣菜、ラーメン等を食べている。

## 生活機能評価 (H29.6)

自立度		自立		一部介助		全介助	
困難度と改善可能性		楽にできる	少し難しい	改善可能性 高い	改善可能性 低い	改善可能性 高い	改善可能性 低い
自立度		○1	○2	△1	△2	×1	×2

生活機能	事前	事後予測	備考(現況)	
ADL	室内歩行	○2	○2	自宅内は杖又はシルバーカーで移動。段差も多いが、手すり等は付いている。
	屋外歩行	△1	○2	シルバーカーで移動。ごみはシルバーカーに乗せて捨てに行こうと思えばできる。
	外出頻度	△1	○2	今でも時々家の前を散歩をすることも。寒くなり外出頻度は減った。
	排泄	○2		居室からトイレまでかなり距離がある。日中はトイレへ、夜間は居室のPトイレを使用している。
	食事	○2		口寂しくなると自然に給を食べている。具材供給がお気に入り。食生活も偏っており、インスタント食品が多い。
	入浴	△1	○2	浴槽が深く、浴槽付五に手すりはない。心不全があり、少し動きと喘鳴が出てきついが、工夫して何とか入れている。
	着脱衣	△1	○2	左側が思うように上がらない。その為着脱衣に困難を感じている。その為、下着は汚れない限り替えない。

## 生活機能評価 (H29.6)

	事前	事後予測	備考(現況)	
IADL	掃除	○2		椅子に腰かけ、時々掃除機をかける。できる範囲で行っている。
	洗濯	○2		1人なので時々洗濯をする程度。下着は1週間に1回帰る程度で、服もほとんど替えていない。
	買い物	○2		移動販売が週2回きており、自宅まで注文を聞きに来てくれる。際をお願いすることもある。
	調理	△1	○2	自分で行うことができるが、簡単なものや好きなものが多い。偏った食生活。インスタント食品や弁当が多い。
	整理	○2		自分で分かるように整理している。
	ごみ出し	○2		シルバーカーに乗せて捨てに行く。
	通院	△1		息子姉の送迎で通院している。
	服薬	○2		分包されている薬を管理でき、飲み忘れも無し。
	金銭管理	○2		生活保証で自分で管理できている。
	電話	○2		電話までの移動に時間がかかるが、受け答えに問題なし。
	社会参加	△1	○2	サロン等の参加はない。

## ケアプラン

### □ 総合的課題

- ① 多くの疾患等で日常生活に支障が出てきている。
- ② 食生活が偏っており、疾患が悪化する恐れがある。
- ③ 自宅内は段差が多く、転倒リスクが高い。
- ④ 夫の入院で、何をすることも面倒になった。
- ⑤ 経済的には福祉の支援を受けている。

□ 1年後の目標：移動販売まで買い物に出る。

□ 1日の目標：自分で食事を作る

□ 利用サービス：予防通所介護（緩和型） 週1回

13

## 地域ケア会議等における専門職からの助言

### □ PT/OT

- ・共通連絡ノートを活用し、尿回数や血圧等を記録し、受診時にDrに見せると良い。



- ・慢性心不全有り、運動時の注意事項を確認すること。

### □ 歯科衛生士

- ・物をよく食べているのが気になる。唾液の少ない人が口が乾くと細菌が増える。薬が多いと口が乾くことがある。（唾液が少なくなる）

### □ 管理栄養士

- ・宅配弁当があるが、経済上無理な様子。家族の支援が必要。
- ・慢性腎不全のレベルはどの程度か？第何期か？Drに確認すること！
- ・塩分は生まれてから今までの蓄積である。透析を遅らせるためにも減塩を

14

## アセスメントや専門職からの助言

### サービス計画担当者研修（応用課程）での助言

- 心不全、腎不全その他の疾患や人工透析になった時の怖さや病気に対する知識を認識してもらおう。
- 腎臓病があり、生野菜や果物等食べることでできない食事がある。腎臓病のステージを確認し、よっては食べることでできる食材もある。
- いつも黒砂糖飴を食べている。代替品でマービー（飴）に替えて、カロリーオフを図ってはどうか。
- 減量は難しいので、移動販売業者の方と話し、少し遠くに車を止めて、そこまで買い物に行く環境を作ってはどうか。
- 入浴能力はあるが、入浴に至っていない。

13

## アセスメントや専門職からの助言により明確になった課題

①病気に対して危機感がなく、病気に対して知識が足りない。

「病気を悪化させない！」

②食生活の偏り

「家族・・・そして移動販売の協力！」

身長147cm 体重70.5kg BMI32.6kg/m<sup>2</sup>

16



## サービス担当者会議（サービス計画担当者研修以降）

### □ 参加者

- ・ 担当ケアマネジャー
- ・ 福祉用具担当者
- ・ デイサービス生活相談員
- ・ 本人

### □ 具体的な支援方法

- ・ 浴槽に手すりを設置し、入浴動作がしやすくなる。  
→ 自宅での入浴が安全にできるようになる
- ・ 食事についての説明  
→ 食事ノートの記入  
→ 移動販売の協力依頼

17

## サービス担当者会議での様子

- ・ 担当ケアマネと訪問し、福祉用具が必要か、本人に実際に動作を行っていただき検討する。
- ・ 普段の食生活を聞き取る。冷蔵庫内の食材等を確認。



18



## 生活機能評価（H29.10）

自立度		自立		一部介助		全介助	
困難度と改善可能性		楽にできる	少し難しい	改善可能性 高い	改善可能性 低い	改善可能性 高い	改善可能性 低い
自立度		○1	○2	△1	△2	×1	×2
		事前	事後予測	現在	備考（現況）		
A D L	室内歩行	○2	○2	○2	杖歩行。自宅は手すりや壁を伝い歩き、デイでは杖と職員介助にて歩行できている。		
	屋外歩行	△1	○2	○2	ゴミ出し等近所の人ばかり顧らず、自分で歩いて行くようになった。		
	外出頻度	△1	○2	○2	ご主人のお見舞いや受診、散歩、デイサービス等、活動範囲が増えてきた。		
	排泄	○2		○2			
	食事	○2	○2	○2			
	入浴	△1	○2	○2	自宅での入浴を週1回は行うようになった。		
	着脱衣	△1	○2	○2	利用当初は上着の下はパジャマのまま来ていたが、着替えてくるようになった。		

## 生活機能評価（H29.10）

		事前	事後予測	現在	備考（現況）
I A D L	掃除	○2			
	洗濯	○2			
	買い物	○2			
	調理	△1	○2	○2	
	整理				
	ごみ出し	○2	○2	○2	シルバーカーに乗せてゴミ出しをするようになった。
	通院	△1			
	服薬	○2			
	金銭管理	○2			
	電話	○2			
	社会参加	△1	○2	○2	週1回のデイサービスは休まず利用できている。

## 今後の目標と支援課題（H29.12～）

～本人の思い～

主人が亡くなり、一人になってしまった・・・が、  
「仏様がある。子や孫、ひ孫、家族一同集まる家はここしかない！」

【本人の目標】

食事をできるだけ自分で作り、病気を悪化させず、在宅生活を続ける！

【今後の支援策】

家族や移動販売（またさん）等インフォーマル支援の活用

職員の病気や栄養についての知識習得と継続した支援

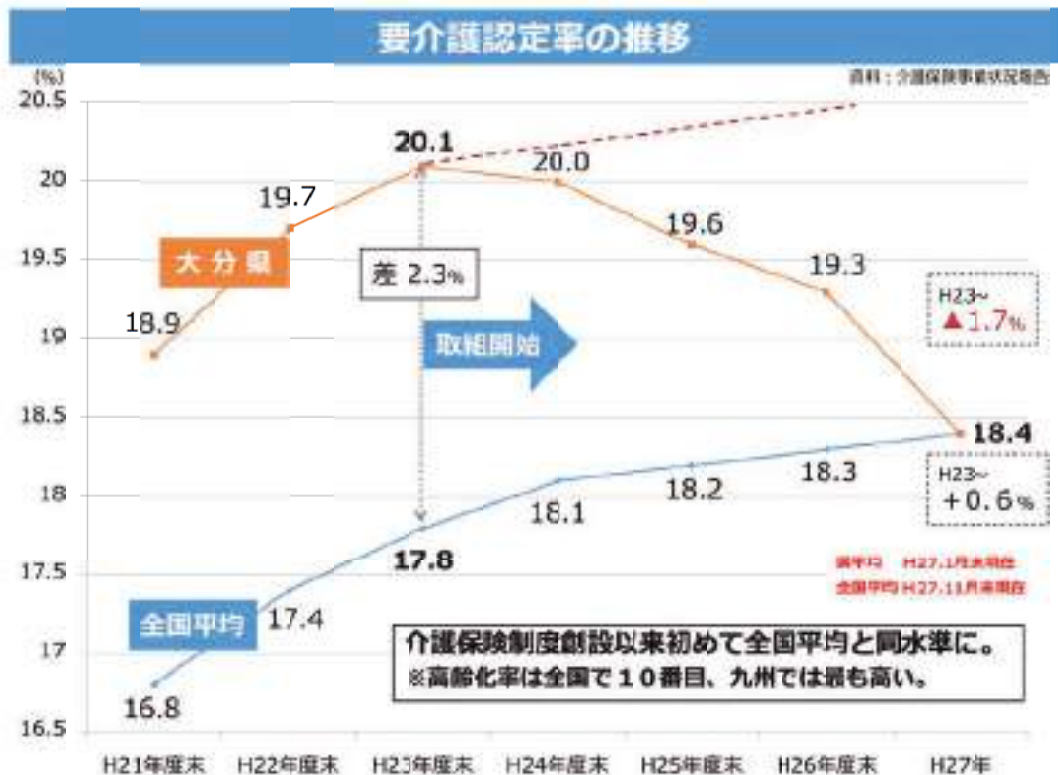
## まとめ

【 今回の事例で学んだこと 】

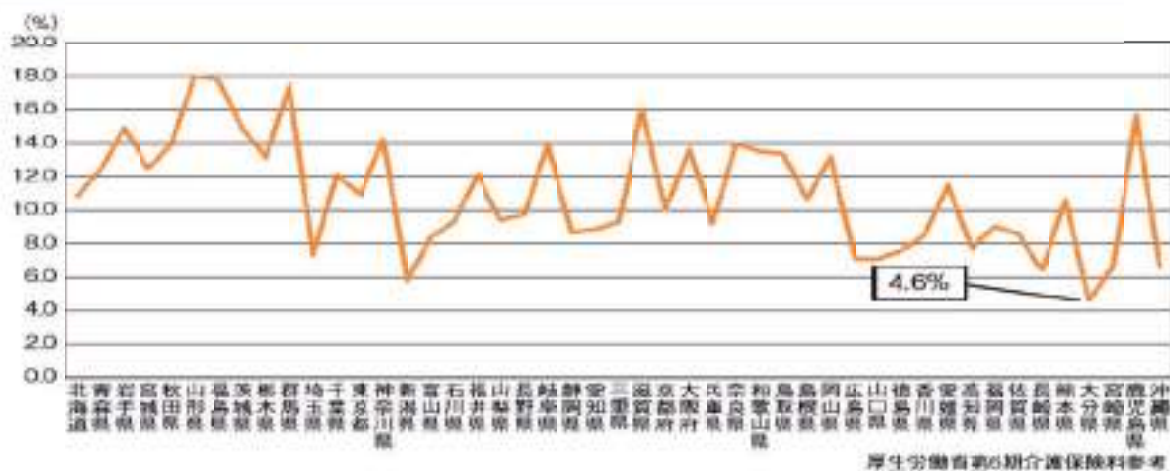
- ・さらに踏み込んだアセスメントを！！！！
- ・病気や食事について知識を職員が習得することで、利用者に対しての支援方法が明確になる

【 取り組みを通して感じた今後の課題 】

- ・関係機関（医療機関）等との連携  
各関係機関との支援内容の統一

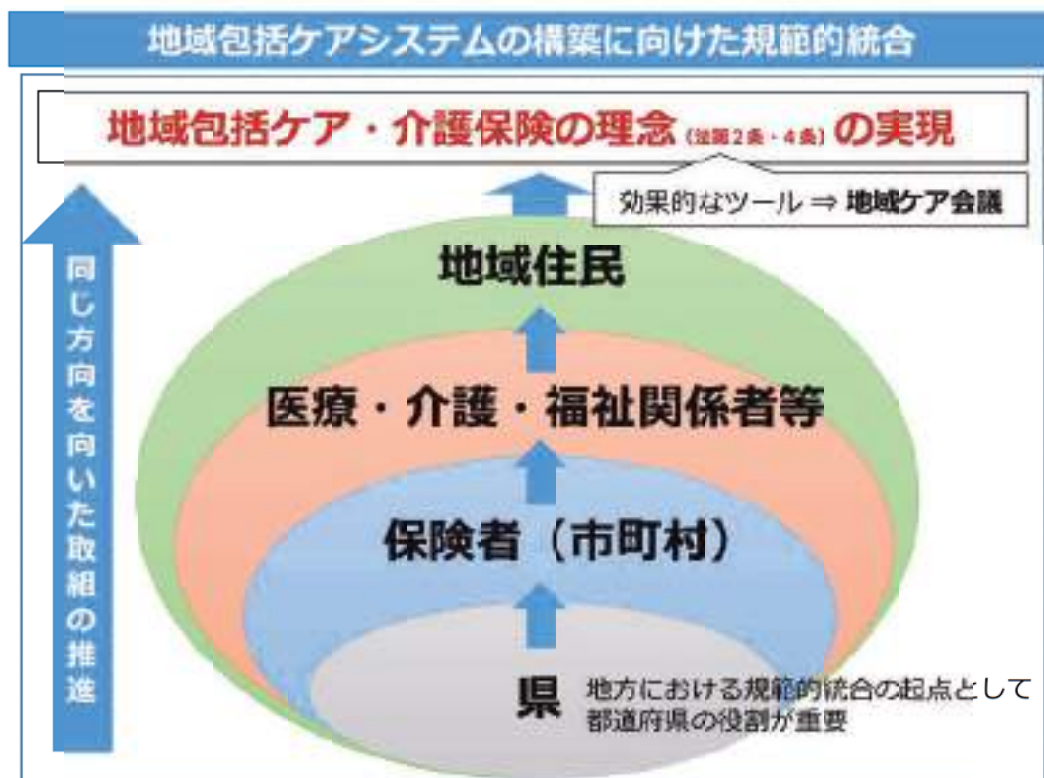


県全体で取り組み、第5期~第6期では介護保険料の上昇額が  
一番低くなりました。



●図1● 第6期計画期間における保険料基準額の伸び率

栄養の問題について、「いつまでに」「誰が」「何をして」どの状態に近づけたいのかを提案することが今後行っていく、**総合支援事業**では大事になります！！





住み慣れた地域で  
安心して生活する  
ために・・・

保険者・地域の資源・専門職  
等多職種の連携が必要

## 「食」を通じて、まちのフレイルを防げ！ ～異業種連携&住民主体で取り組むまちづくり～

まんのう町国民健康保険造田歯科診療所 歯科衛生士 丸岡三紗

香川県まんのう町琴南地区は人口2,372名、高齢化率45.8%の過疎地域である。医療介護専門職や行政、社協、町会議員、民生委員や民間事業者などを中心とした「在宅医療介護の連絡会」の発足をきっかけに、在宅医療体制の構築はスムーズに進んでいったものの、介護予防については行き詰まりを感じていた。そもそも介護予防教室には、生活に余裕があり健康意識の高い住民しか参加しない。その上、歯科診療所で遭遇する高齢者のフレイル（もしくはオーラルフレイル）の多くは、長年経営していた商店をやめて人と話をしなくなった、夫が亡くなったのが辛くて食事がとれない、自分で運転をしなくなって外出が減った一など、明らかに「社会性の低下」が原因であった。だからこそ、従来のような健康教育や機能訓練を中心としたアプローチだけでは十分とは思えなかった。その後、民生委員の見守りや民間事業所による配食サービス、地域で開催される会食サービスなどにつなぐことで解決したケースもいくつかみられるようになったものの、そのような個別の対応だけでは限界を感じるようになってきた。なぜなら、当地域の高齢者は、過疎化により近所が遠くてなかなか人に会えない、スーパーが遠すぎて日用品や欲しい食材が手に入らない、サルの大量発生による農作物への被害で畑をやめてしまうなど、たくさんの社会的課題を抱えており、そのような「まちのフレイル」が根本的なフレイルの原因であると連絡会メンバーの誰もが感じていた。しかしそれらは当然、医療介護専門職だけではいくら集まって話し合っても解決できない問題であった。

そこで琴南地区に在住する75歳以上の全ての高齢者に対し、民生委員が一軒ずつ自宅に訪問し聞き取りによるアンケート調査を実施した。それをきっかけに「これまでのように行政任せにしているは何も変わらない、まちぐるみでの取り組みが不可欠だ」という認識が少しずつ広がっていった。連絡会メンバーとまちづくり専門家など他分野・異業種が協働し、「住民同士で支え合えるまちづくり」に取り組むようになった。廃校になった中学校跡を利用して「ことなみ未来食工房」として活動を展開するようになり、配食サービス事業所と退職後の住民が有償ボランティアとして高齢者支援活動に取り組むこととなった。民間事業所が関与したことで、元新聞配達屋さんが山の頂上の家まで配達をしたり、元介護士や元消防士が高齢者の見守りをしたり、元調理師が美味しいお弁当をつくるなど、住民たちが元々持つ「強み」が活かされるようになった。また、医療介護職や民生委員が関与したことで利用者のマッチングが適切に図れた。さらにまちづくりの一部として母親世代や学生など若者やよそ者を巻き込んだことで、誇りと活力が生まれ、諦め感が漂っていた住民からも徐々に前向きなアイデアが出るようになった。

これからの地域包括ケアにおける「介護予防・生活支援」は総合事業の開始をきっかけに、従来の医療中心のアプローチから脱却し、総合的なまちづくりの一環として取り組むよう変革が求められている。そのためには共通の目的を持った他分野・異業種同士がつながり合うこと、医療介護専門職もまちづくりの一員として参加することが必要不可欠である。地域のなかで「敷居が高い」といわれがちな医療職は、あえて専門性を強調するのではなく、潜在的に「まちを良くしたい」と思っている人たちを後押しするなど、「支援者を支援する」姿勢が必要だと考えている。それが「結果として」、健康なまちづくりにもつながるのではないだろうか。



# 食を通じて、『まちのフレイル』を防げ！

～異業種連携 & 住民主体による過疎地域のまちづくり～



まんのう町国民健康保険造田歯科診療所  
歯科衛生士 丸岡三紗

## 歯科診療所に一人の住民から泣きながら電話…



数日前から、  
歯が痛くて食事が  
とれんのです。  
でも足がなくて…

これから先、  
山奥に一人で  
暮らし続けるのが  
不安で仕方ない

激ヤセ…



住み慣れた地域で自分らしく暮らせていない！  
「でも、医療の仕事じゃないし関係ない…(´\_´)」

香川県 地図

約2年半前～  
木村年秀Dr.とともに  
町立民営化した歯科診療所へ

高齢・過疎化の著しい  
中山間地域



琴南地区の概要  
人口：2,372人  
高齢化率：45.8%

認知症高齢者の  
ペットのお世話も、ご飯の支度も、  
通帳の管理も隣人がしています。



当たり前のように  
地域住民が助け合う、すばらしい地域

「10年間ずーっとミキサー食や。」  
転倒骨折を繰り返していたMさん



嫁「食べすぎて困ってます(笑)」

介入前: 37kg



介入後(1年後): 45kg



なぜ10年もの間、  
適切な専門職につながらず  
放置されていたのか？

この地域は、  
在宅医療介護の関係者が  
顔を合わせる機会すらない...

# まんのう町の医療介護資源マップ



琴南の山奥には、  
訪問看護も訪問リハも来てくれない…(泣)

## 琴南の在宅医療・介護の連絡会(1回/月)



# なんでも言い合える関係(?)

民生委員会長

〇〇地区の人が  
「ヘルパーの作る飯が  
マスイ」言ったで!

ヘルパー



そうだ! 隣町から来てもらおう(\*'ω'\*)

橋本病院 訪問リハ  
(PT,OT,ST)

どこでも行きます!  
任せてください!



訪問看護  
ナースネット, 徳

長靴履いて草刈りしたり、  
薪で風呂炊いたり...



## 琴南の在宅医療・介護の連絡会(1年後)



**お弁当屋さん**が仲間に加わった！  
一人暮らしで認知症のお年寄りの熱中症を発見！



我々若い世代を、地域が温かく育ててくれます



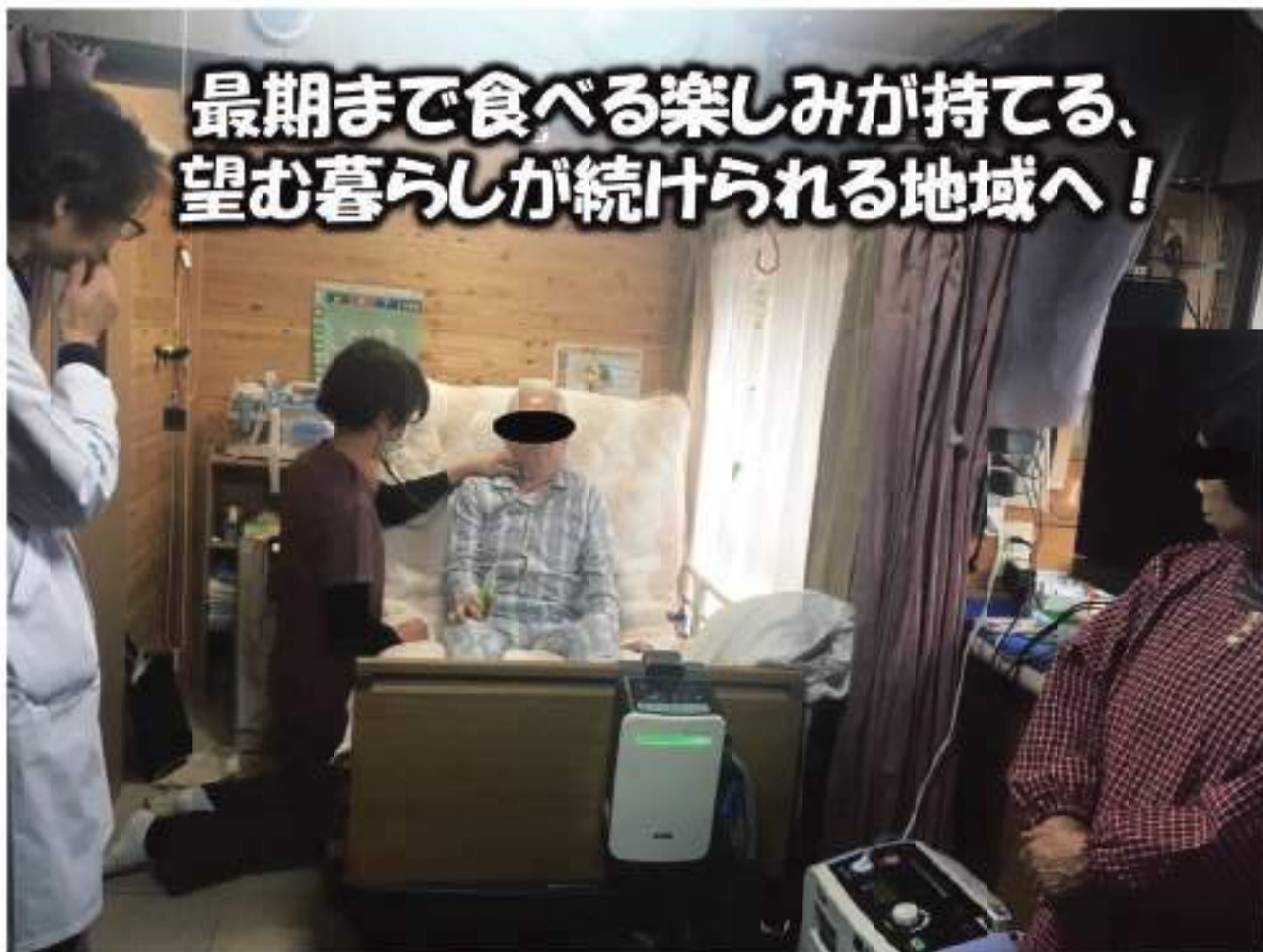
## 『チーム琴南』で住民を守る！



# どんな疾患を抱えていても、 最期まで家で暮らせる地域へ！

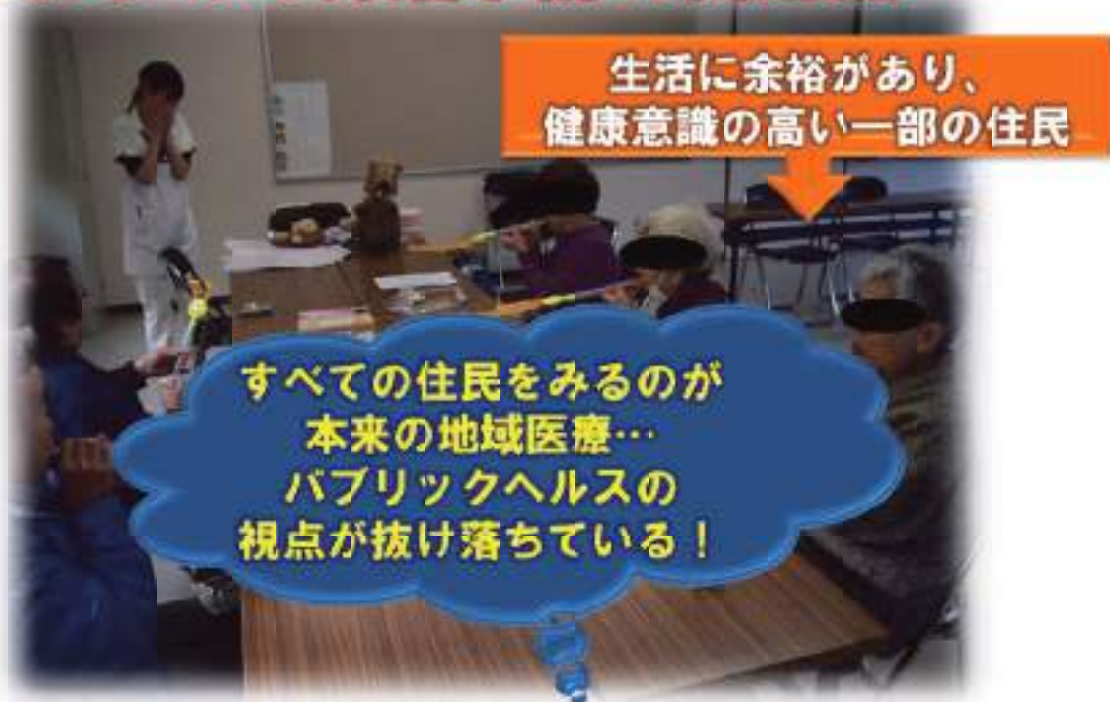


# 最期まで食べる楽しみが持てる、 望む暮らしが続けられる地域へ！





## これまでの介護予防の問題点…



介護予防教室など健康を目的とした活動では、  
本当に予防が必要な人は来ない！

歯科診療所にて

「〇〇さん、ずいぶんお痩せになりましたね。  
口の中も汚れてる…」



お父さんが死んでから、  
食欲がないんや…

どこにも行く気が  
おきんのや



# 歯科診療所で遭遇する 高齢者のフレイルの原因は ほとんどが「社会性の低下」…

## 機能訓練や健康教育で、 解決できるのだろうか？

後日、連絡会にて報告…

△△さん、  
ご主人が亡くなってから  
ご飯も食べれないみたいで…



翌日...

△△さん、  
最近どんなん？  
話聞くてー！

△△さんの場合は人が  
集まる場所に行かせた  
方がええかな？



民生委員会長

社協

うちの会食サード、  
顔出してみんな？

近所の〇〇さんも  
誘ってあげたら  
安心できると  
思うんや！  
声かけとくわ

配食のお弁当も美  
味しくて！作るん  
面倒なら時々とっ  
てみたら？



ご主人の  
元ケアマネ

民生委員

**笑顔が増え、体重も元通りに…**



**重要なことは、  
「社会」につなげること？**

**しかしながら、個別的対応だけでは  
限界がある！**

# 近所遠すぎ問題



## 足のない高齢者が孤立…



# スーパー遠すぎ問題



お年寄りが最も体を動かしているのは畑仕事…



# サルの大群に畑荒らされる問題



まちのフレイルが、  
人のフレイルの原因!?

# 琴南地区での後期高齢者の「食べる楽しみ」調査

## 食べる楽しみチェックシート

氏名			介護認定	なし 要支援( )・要介護( )
年齢	才		性別	1 男性 2 女性
世帯	1 ひとり暮らし 3 子や孫と同居		2 夫婦のみ 4 その他	
体重	kg	身長	cm	BMI (記入不要)
指輪っかテスト (方法は裏面参照)			握力の強い・ちょうど・握力あり	

1.この6か月間で3kg以上、体重が増った	はい・いいえ
2.健康に気を付けた食事を心がけている	はい・いいえ
3.野菜料理と主菜「お肉またはお魚」の両方を毎日1回は食べている	はい・いいえ
4.「さきイカ」「たくあん」くらいの固さの食品を普通に噛み切れる	はい・いいえ
5.お茶や汁物等で吞せることがある/飲み込みにくくなった	はい・いいえ
6.口の渇きが気になる	はい・いいえ
7.食事量が減った/時間がかかるようになった	はい・いいえ
8.食材の調達に不自由する	はい・いいえ
9.昨年と比べて外出する回数が減った	はい・いいえ
10.食事が楽しくない	はい・いいえ

質問10が「はい」であれば、その理由

- 食欲がない
- 食事が美味しくくない
- 食事の時に話し相手がいない
- 食べたい食品が噛めない、飲み込めない
- 味を感じにくい
- 食べたい食材が手に入りにくい
- その他( )

香川県歯科医師会：  
香川県地域医療介護総合確保基金  
在宅高齢者における「口から食べる楽しみ」の支援体制整備事業

様子見できる  
口実になって、  
ありがたいわ!

一人暮らしの  
年寄り寂しがり  
やけんな～

調査は主に民生委員による聞き取りで!



# 分析対象者の属性

2017年5月31日時点

回収数：**442**名（回収率：84.7%）  
 性別：男性158名，女性284名  
 平均年齢：83.3±6.3歳

世帯構成 N=442

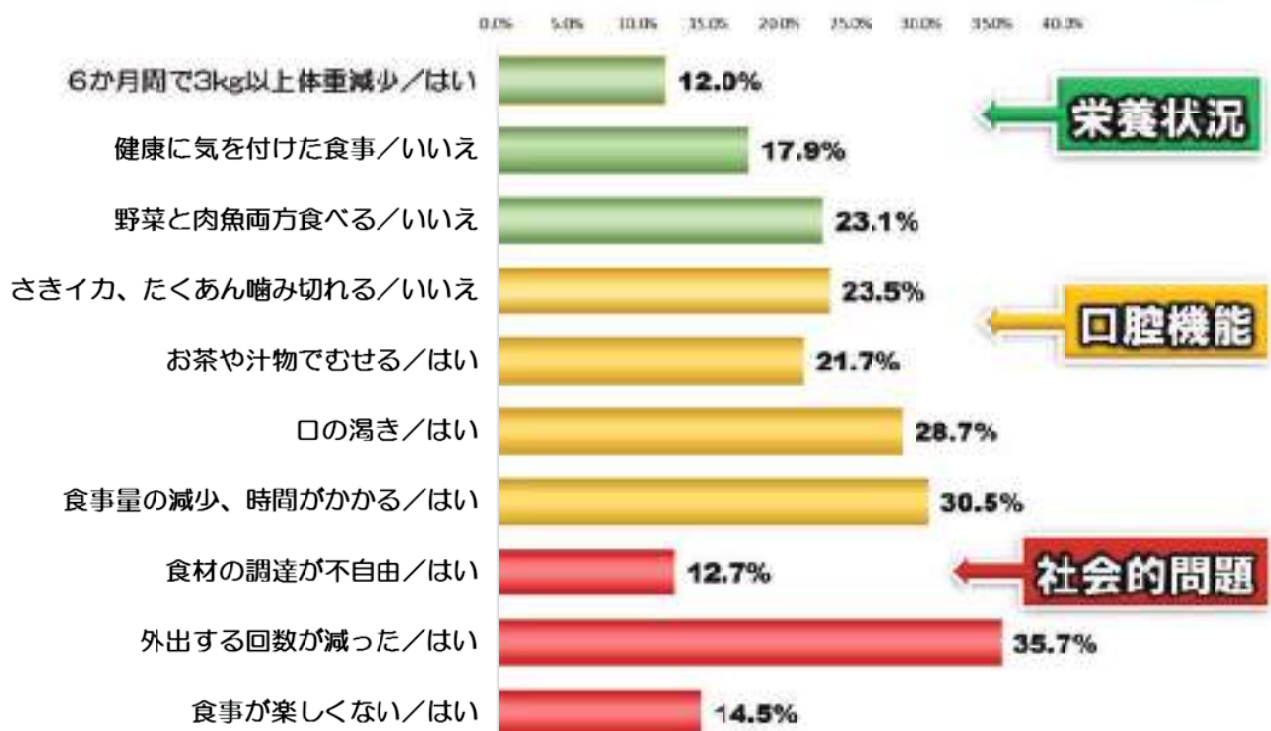


介護認定状況 N=442



## 「食べる楽しみ」チェックシートの回答状況

N=442



## 「6か月間で3kg以上体重減少」に関連する要因

	Odd ratios	95%CI	P value
BMI	0.86	0.77-0.96	0.006
口の渇きが気になる(ref.いいえ)	2.75	1.33-5.70	0.006
食事量が減った/ 時間がかかるようになった(ref.いいえ)	2.14	0.99-4.61	0.053
食材調達に不自由する(ref.いいえ)	0.13	0.03-0.64	0.012
食事が楽しくない(ref.いいえ)	2.68	1.07-6.73	0.036

ロジスティック回帰分析（変数増加法）

ref.: reference（参照カテゴリ）

体重減少には  
口腔機能低下と食事の楽しみが強く関連



## 「食事が楽しくない」に関連する要因

	Odd ratios	95%CI	P value
女性(ref. 男性)	3.36	1.38-8.17	0.007
お茶や汁物でむせることがある/飲み込みに くなくなった(ref. いいえ)	2.18	1.03-4.63	0.043
食事量が減った/時間がかかるようになった (ref. いいえ)	6.22	2.97-13.01	<0.001
食材調達に不自由する(ref. いいえ)	6.46	2.87-14.53	<0.001
6か月間で3kg以上体重減少(ref. いいえ)	3.24	1.33-7.90	0.010

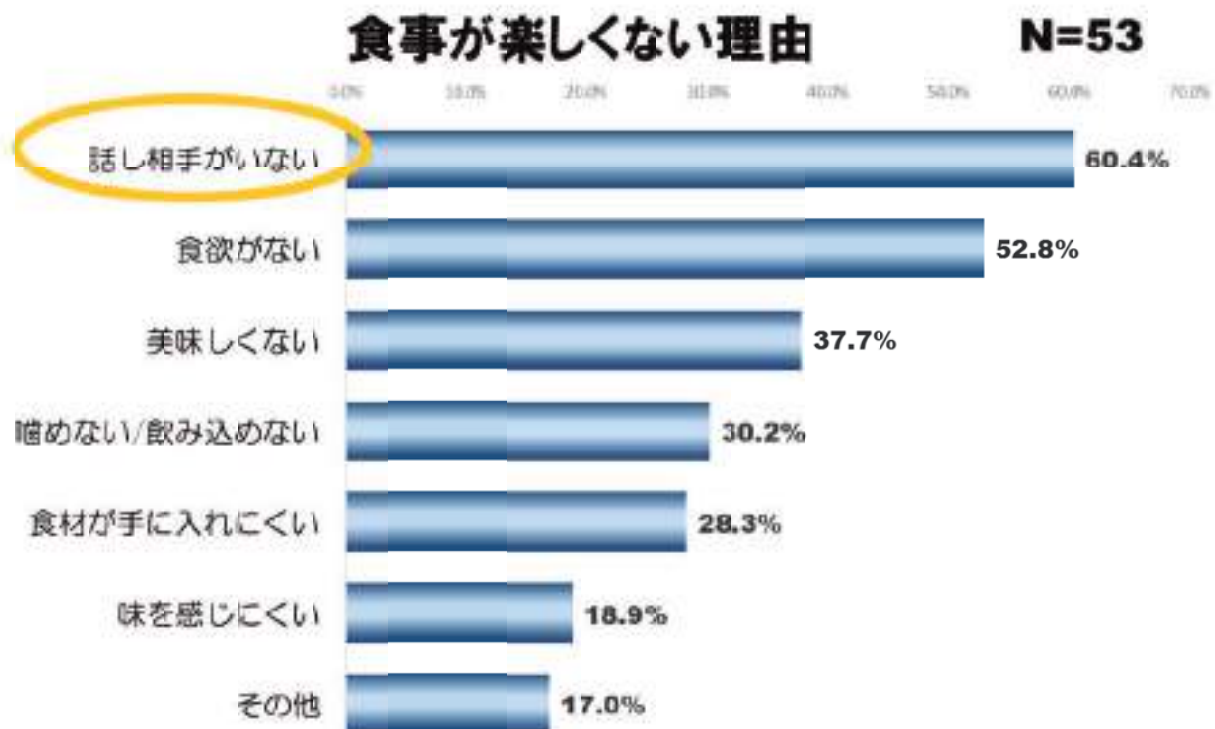
ロジスティック回帰分析（変数増加法）

ref.: reference（参照カテゴリ）

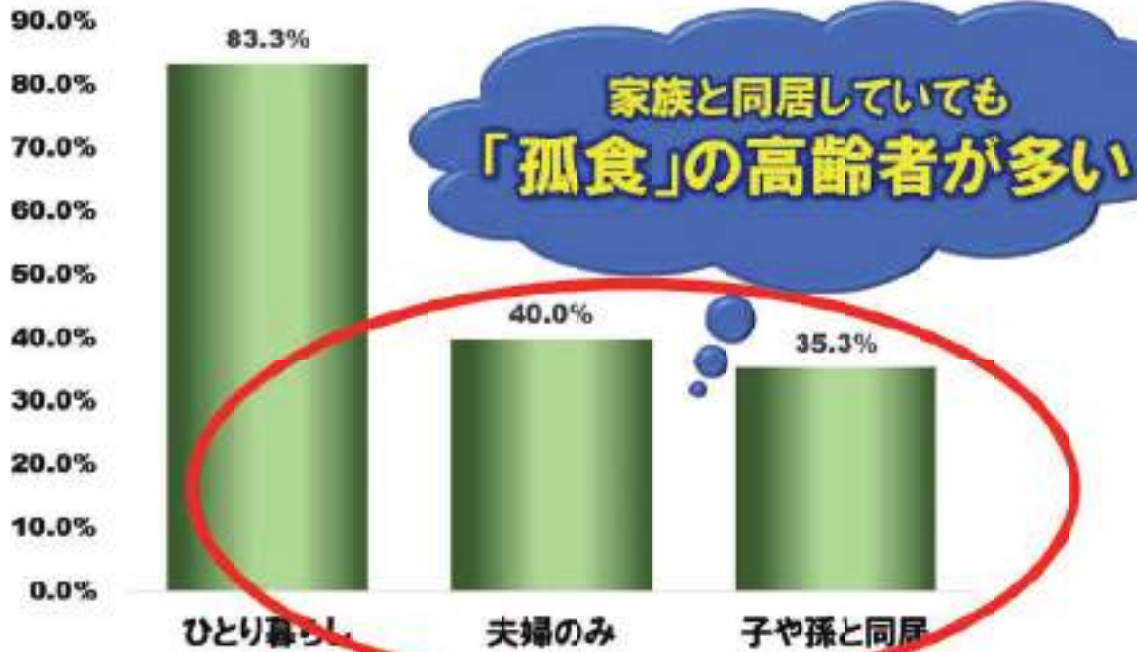
統計分析は、SPSS version19 for windows(IBM社製) を使用して行った

“食事が楽しくない”には  
口腔機能低下と食材調達困難が強く関連

食事が楽しくない理由の6割は「孤食」によるもの！



食事が楽しくない理由で  
**「食事のときに話し相手がいない」と**  
 回答した者の割合(世帯別)



# 食材調達に不自由している？

● : はい      ● : いいえ



GIS(地理情報システム)による分析

## 山間部以外の地域が危ない!?

**移動販売が週に2回も3回も来る！**  
「欲しないけど買わなかったら  
次来てくれんから仕方なく買っとる！」



「社会的要因」が低栄養の  
**原因の“原因”**？



機能訓練や健康教育などで行動変容を  
個人の努力だけに押し付けるのではなく、  
誰もが自然に介護予防ができる環境をつくる！

高齢者の**社会的問題**を  
解決しなければ！

医療介護だけで  
いくら集まって話し合っても  
解決しない！

行政による公的サービスでは不十分！

デマンド  
タクシーの  
便数増やして！

検討はしますが、  
現状厳しいですね…

高齢者の声

連絡会

企画観光課

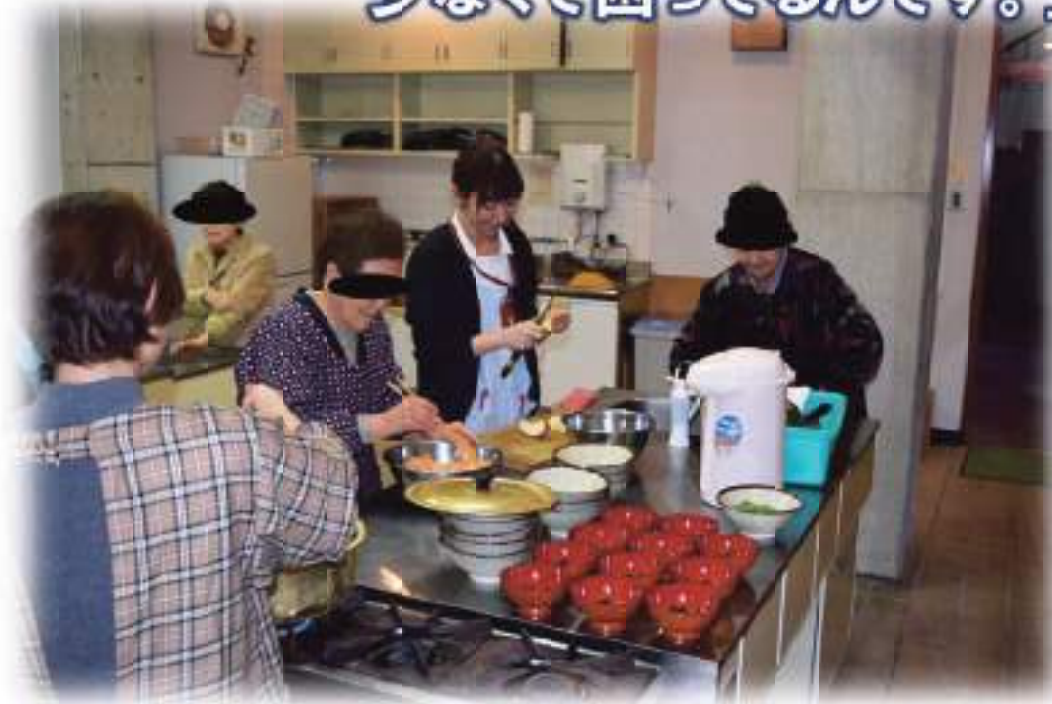
# 過疎地域に漂う、「諦め感」。。。



わしらは  
死んでいだけや

何やっても  
もう選いわ  
諦めとる

社協「ボランティアの担い手が  
少なくて困ってるんです。」

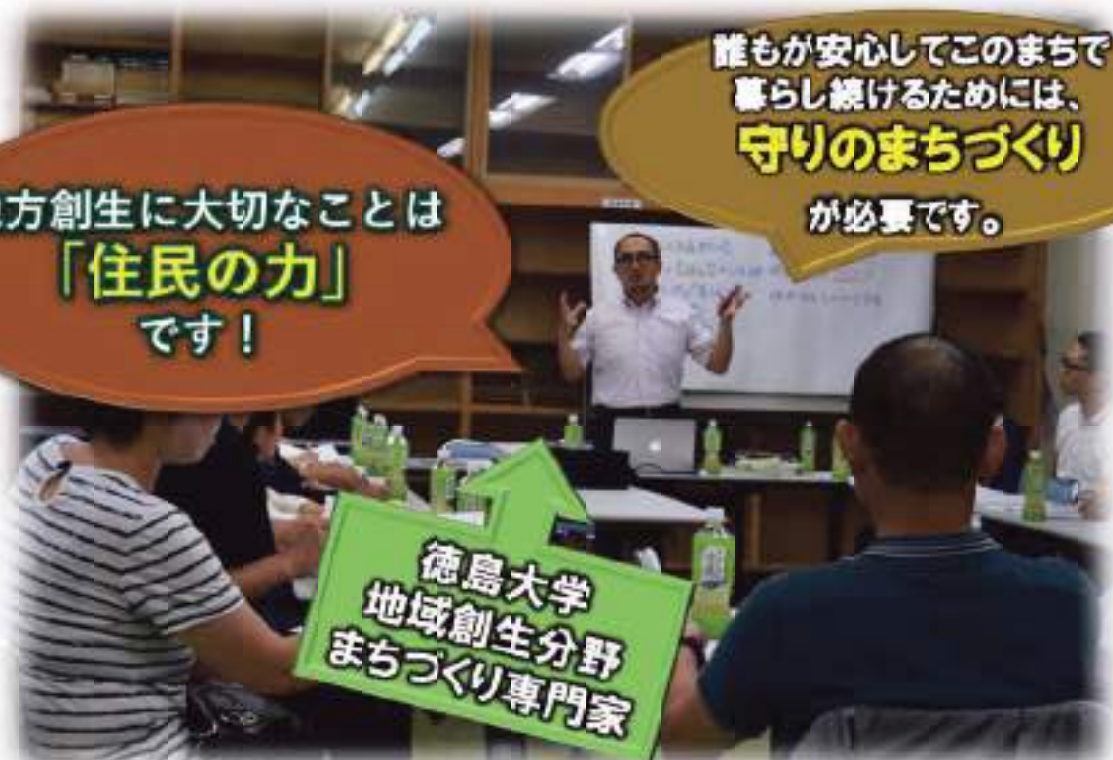


「健康づくり」や「福祉」では、人が集まらない

# 我々と同じゴールを目指す、 まちづくり分野と連携しよう！

地方創生に大切なことは  
**「住民の力」**  
です！

誰もが安心してこのまちで  
暮らし続けるためには、  
**守りのまちづくり**  
が必要です。



中学校の跡地を利用して、  
**住民主体のまちづくり組織をつくろう！**

行政(企画観光課)による場の設定

～**ことなみ未来会議**の発足～



まちづくりに関心のある  
住民が集まる！





# ことなみ未来食工房の誕生



住民

医療職

お弁当屋さん

行政

琴南は医療介護がみんな味方で、弁当屋の価値を認めてくれる。絶対ここでやりたい！

有償ボランティアを集め、配食サービスや共食の場づくり、生活支援をしたい！

## 60～70代の住民が中心となって集まりました 8月～本格的に始動！ (#~#)



# 医療職(若者)の前向きな発信で、 地域の空気を換えよう！

おじいちゃんおばあちゃんになってもずーっと笑顔で暮らせるまちをつくりましょう！

若い子に言われたら、  
なんかやらないかな  
と思うわ...



ボランティア研修会

## 使命感に燃える民生委員会長！

琴南はここ20年間ずっと、  
諦め感が漂った。  
年寄りがみんな、笑顔で暮ら  
せるまちに変えるんや！

民生委員長

お舟当屋さん

利用者さんが  
集まりにくくてな

若いもんに手本  
みせないかん！  
人集めは任せる！

今日は3人、  
利用者増やした  
で！

皆、わしが  
3回行けば  
大体いける。



「山奥の配達、どうしよか…。(汗)」



山奥への配達も、高齢者の見守りも…  
このメンバーならバッチリ!





元介護士



包括さん?  
●●さんがな、  
「く」の字になって  
倒れとったんや!



食べる楽しみを通じて、幸せを運びます♡



# 民間だからこそできる、最強の介護予防！



得意なことが  
活かして、  
とにかく楽しい！

# 地域高齢者がもつ特技を、食育にも活かそう！



# 「若いもんがおらんとやる気でんわな！」



スポーツインストラクターが開催！



昭和の学校給食ぜひ、お越しください♪

## サロンに大学院生を呼んでみた。

# 「若いもん、うまい寿司を食べさせてやるんじゃ！」



90代でこんな機敏に動けるとは…！



# 「支援される側」と、決めつけていた自分を反省…

どんな健康教室や体操よりも...

# 人とのつながりが一番の介護予防？



大勢で食べるのが  
一番ウマイ！

若い子と会話でき  
るだけで幸せじゃ

家でおたって  
だれっちゃん  
相手にしてくれ  
んけんな

若者をまじえたまちづくりの成功体験が、  
住民の誇りと自信につながる！



年寄りがつくっ  
た野菜を売れる  
ようにしよう

将棋のクラブ  
つくったら  
ええな！

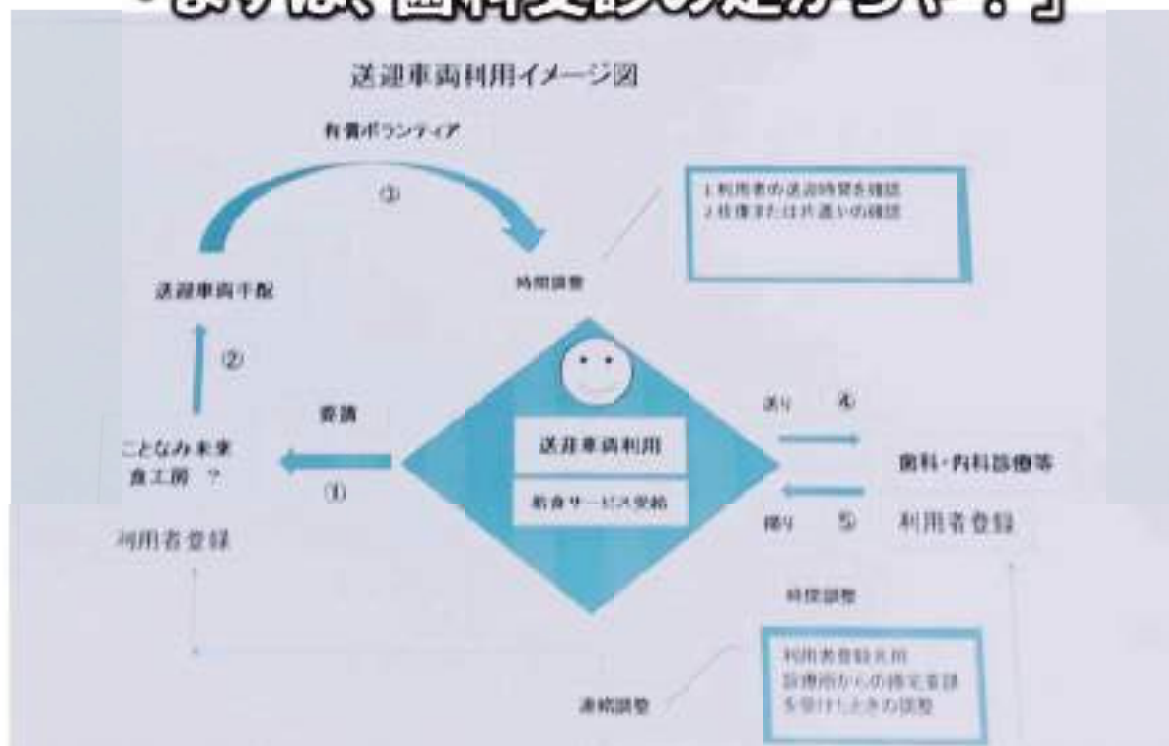
みんなでお弁当食べる場所、  
たくさん作りたいな



買い物支援  
チームを作るんや！

自らアイデアを出し合うなど、住民主導へ...

# 「高齢者の移動支援をやるう！」 「まずは、歯科受診の足からや！」



慣れないパソコンで、一生懸命つくってくれました

介護予防・生活支援は**異業種連携**によるまちづくり  
→自分たちの立ち位置を理解した上で、まちづくりに参加すべき！





# 介護予防・生活支援における医療職の役割は、 **支援者を支援すること**



**潜在的にまちを変えたいと思っている人を見つけ出し、背中をおす！**

**分野や業種の壁を越えたつながりが  
きっと、まちを変える！(´´)**

**「結果として」、健康なまちづくりへ…**

## 埼玉県和光市の食支援

NPO 法人ぽけっとステーション

山口 はるみ

### 【目的】

「いつまでも住み慣れた地域で暮らしていきたい」そう願う市民は多く存在する。望む生活を継続していくためには、心身の状態が安定し、環境整備も必要になる。専門職は様々な提案を提示し、本人が選択して望む生活に近づけていく。心身の機能が維持向上し、生活機能が改善される。身近な目標が達成されると、新たな目標が芽生え、さらに社会性が高まるケースが多いのが、和光市の総合事業の取り組みである。機能改善に必要な栄養・口腔・運動の栄養改善について、高齢者だけでなく、共生型社会の取り組みとして、幅広く食支援がおこなわれている。

### 【内容】

和光市での食支援は、①認定栄養ケア・ステーション「まちかど健康相談室」、②総合事業・訪問型サービスC「予防の訪問栄養」、③総合事業・通所型サービスC「介護予防教室・栄養講座」、④後期高齢者医療課・保健事業「訪問栄養・口腔」、⑤障害課・訪問栄養、⑥ネウボラ課（こども福祉課）・訪問栄養、⑦他市の訪問栄養（朝霞市・志木市）、⑧地域ケア会議・アドバイザー（管理栄養士）などおこなっている。

### 【結果・考察】

少子高齢化で、社会保障制度の改革も必要である。だからといって、「制度が使えなくなるから自立しましょう」では、誰も自立しようなんて思わないし、苦情となる。利用者が送りたい生活がどんな生活なのか、それをするにはどんな課題があるのか、どうしたらいきいきと暮らせるのかを本人と一緒に考え、様々な情報提案し、自分自身で選んでいただき、自ら実行されてきた。和光市は、要介護認定率を下げたためではなく、いきいきと生活する高齢者が増えた結果、認定率が下がっていった。また、10年以上も前から自立支援や栄養改善等を重視し、医療も福祉も行政も地域も市民も対話し続けて、理解を深めていった結果である。

和光市以外でも、自立支援や栄養に関する事業が展開できるよう、行政に働きかけたり、地域の課題に合わせた地域包括ケアシステムの構築に栄養士が入り込めるように、政策の見直しや、人材の育成も必要だと思われる。



### 3 京都シンポジウム等資料



# いつまでも「口から食べられる」町づくり

「京滋摂食嚥下を考える会」を中心にした  
京都の取り組みから学ぶ

細野歯科クリニック  
細野 純



平成30年2月3日 高齢者・障害者京都小旅行実証実験&府民公開講座  
【多職種協働による食支援プロジェクト】  
平成29年度在宅医療助成 勇美記念財団助成事業

## 高齢者、障害者京都小旅行実証実験 案内

京都府のデザインスタジオです。

集合場所：0156 伊藤アクトビル 2階

10:00 伊藤アクトビル集合(バス乗降場) 出発



10:30 北野天満宮 到着予定

<ご注意>

バスは、回送となりますが、当日貸し切りのため、

貴重品以外のお荷物は、お預けいただけます。

当日、節分祭のため、混雑が予想されます。  
北野天満宮付近を通りながら、上七軒歌興練場  
へと参ります。

さまざまなところの観光をご確認ください。



11:00~11:30 上七軒歌興練場に到着予定

11:30~11:45 トイレ休憩と名札のところへお参りいただきます。

11:45~ 昼食開始



12:20~ 歌興練場は本来なら見学いただけませんが、  
今回は、少し内装を確認していただけです。

12:40~ ご席ください。バスまで移動し、次の会場(伊藤アクトビル)へ参ります。

「ここからバス乗り場へ」

※この図は、概略としてお参りいただくための案内です。  
実際の状況を確認しながら、お参りください。

会場 会場

この図は、概略としてお参りいただくための案内です。

<改修が必要のところ>

<その他>

京料理:介護食・嚥下調整食



美しさ・香り・テクスチャー・美味しさ・おもてなしの心







医師・作業療法士・料亭・大学と作った  
京都の伝統工芸で「食べる楽しみ」を叶える  
感性価値の高い機能性介護食器



これまでの介護食器は人工工学的な機能性が重視され、食卓の食器に合うデザインが少なく、食欲増進を助ける食器に食事の食感がありません。そこで、京都の伝統工芸者が持つ「和食文化の楽しみ」の感性的な食器に着目し、機能性の食器と調和のとれた食感と食器の融合をテーマに「食べる楽しみ」を重視する介護食器として、和食器の伝統的な食器セットを開発しました。

六島漆器（漆器）  
六島漆器は、漆器の伝統工芸で、スプーンや箸などのデザインを工夫し、食卓に合わせたデザインを開発し、「食べる楽しみ」を叶える食器を開発しました。



土器器（陶器）  
土器器は、陶器の伝統工芸で、食卓に合わせたデザインを開発し、「食べる楽しみ」を叶える食器を開発しました。



お問い合わせはこちらまで  
京都・漆器のアソビ  
091-314-0311  
<http://asobi.co.jp/>

京土（陶器・漆器）  
京土は、陶器の伝統工芸で、食卓に合わせたデザインを開発し、「食べる楽しみ」を叶える食器を開発しました。



光華漆器（陶器）  
光華漆器は、陶器の伝統工芸で、食卓に合わせたデザインを開発し、「食べる楽しみ」を叶える食器を開発しました。



美濃（漆器）  
美濃は、漆器の伝統工芸で、食卓に合わせたデザインを開発し、「食べる楽しみ」を叶える食器を開発しました。



スプーン（陶器）  
スプーンは、陶器の伝統工芸で、食卓に合わせたデザインを開発し、「食べる楽しみ」を叶える食器を開発しました。



和食器 漆器の伝統工芸  
075-521-3100  
<http://www.kyomikuyaku.jp/>

京都府立産業技術研究所  
京水産協会の協賛

京都 飲食・和食を学ぶ会  
漆器工業株式会社

京都大学  
NPO法人日本料理アソビ



- ・食べる楽しみ
- ・口から食べられる喜び
- ・感性を高める
- ・機能的
- ・食材の香り立つ食器
- ・食べる意欲につながる

府民公開講座



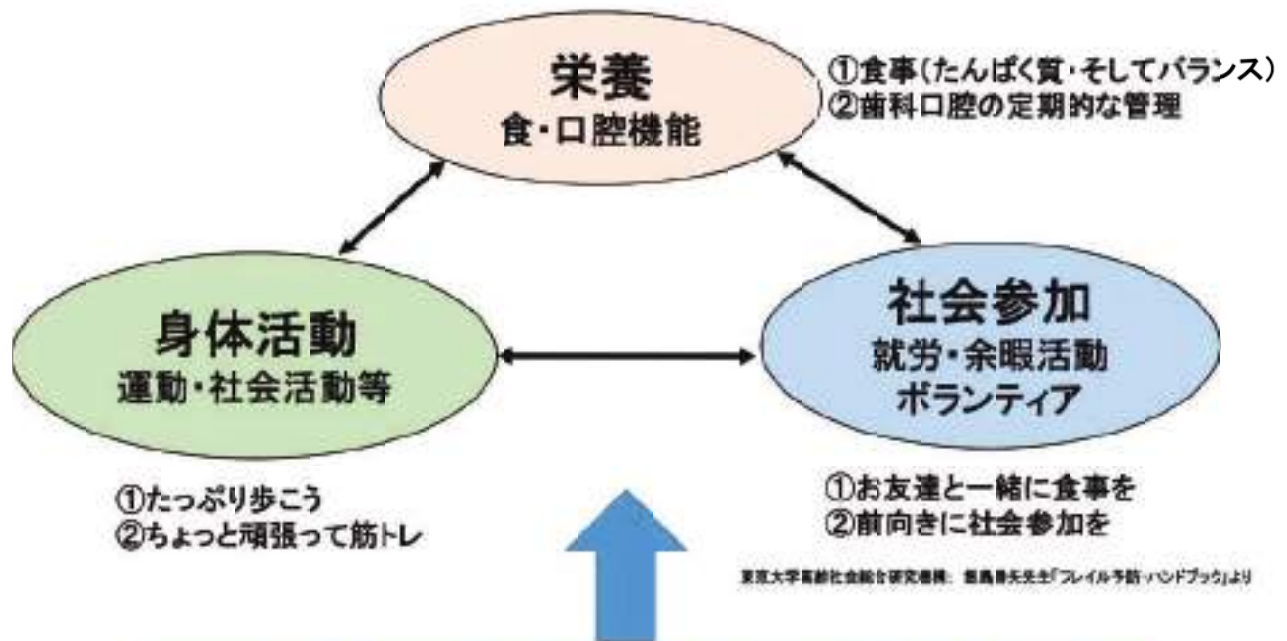
# 地域でいつまでも「口から食べられる」町づくりのためには？

## 多職種協働による食支援ネットワーク

### 地域包括ケアシステム



# 健康寿命のための「3つの柱」を支える



## 地域の多職種協働による食支援ネットワーク

すべてのフェーズに対応した多職種協働の食支援ネットワークの構築に向けて

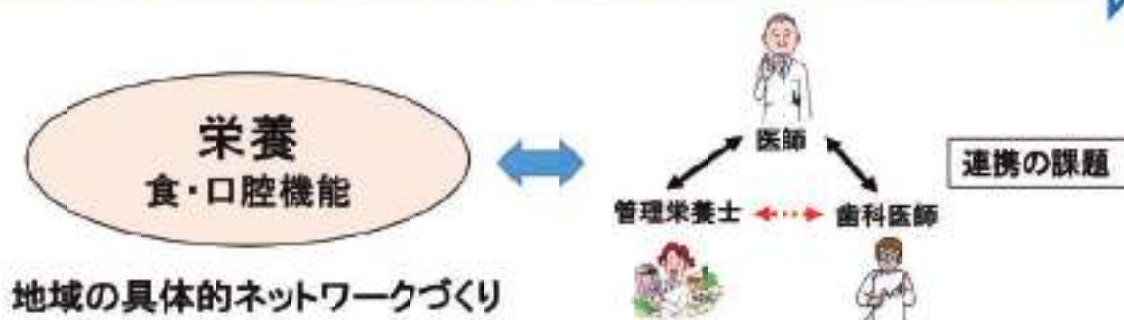


東京大学 高齢社会総合研究機構 飯島壽夫先生作図

### 栄養管理と食支援: 多職種協働の食支援ネットワーク

医学管理・リハビリテーション・栄養評価・食環境・食形態・食具選択・食事介助方法・服薬支援など

継続した口腔健康管理(口腔機能管理・口腔衛生管理・口腔ケア)





## 歯医者さんのイメージ



## 歯科治療





「先生、また噛めるようになりました」



噛める、噛めない

咀嚼(そしゃく)





現在の日本人の平均寿命

女性 **86.6** 歳

男性 **80.2** 歳

戦後まもなくの寿命

> **50** 歳

65年かけて35歳延びた  
(0.5歳/年)

## 戦後まもなくの医療 (50歳で死ぬ医療)

一生の終わり近くの  
ある一時期に  
ひとつの疾患を持つ

治るか、死ぬか

### 医療の目標: 疾患治療

## 現代の高齢者 (90歳で死ぬ)

- 一生の終わり近くの
- ある一時期に
- ひとつの疾患を持つ



一生のうちで  
何度でも  
複数の疾患を持つ

治るか、死ぬか



完治せず、生きる  
なんらかの障害をもって

医療の目標  
疾患治療⇒支える治療



平均寿命推移(1891~2014年、日本)  
完全生命表のみ、不連続

感染症  
の時代



急性期  
患者  
の時代

障がい者  
の時代

心臓カテーテル手術の様式



1921年~1971年  
男性:42.06  
女性:41.43

慢性期  
の時代

# 摂食嚥下障害

## 摂食嚥下のメカニズム



1. 先行期



2. 準備期



3. 口腔期

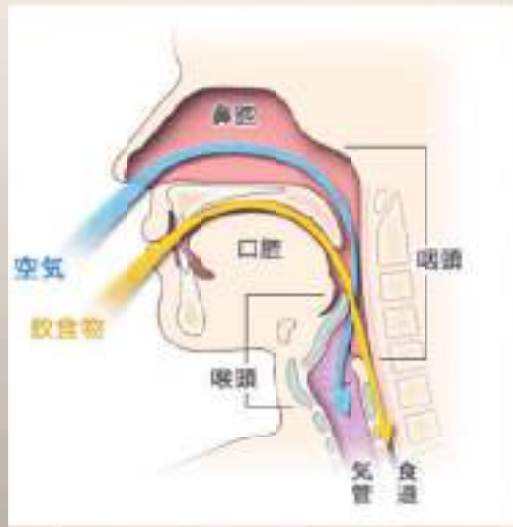


5. 食道期



4. 咽頭期

# 誤嚥(ごえん)



ごえんせいはいえん  
**誤嚥性肺炎**



# なんらかの障害を持って歯医者さんに行けなくなった人はどこにいるの??



病院

在宅療養

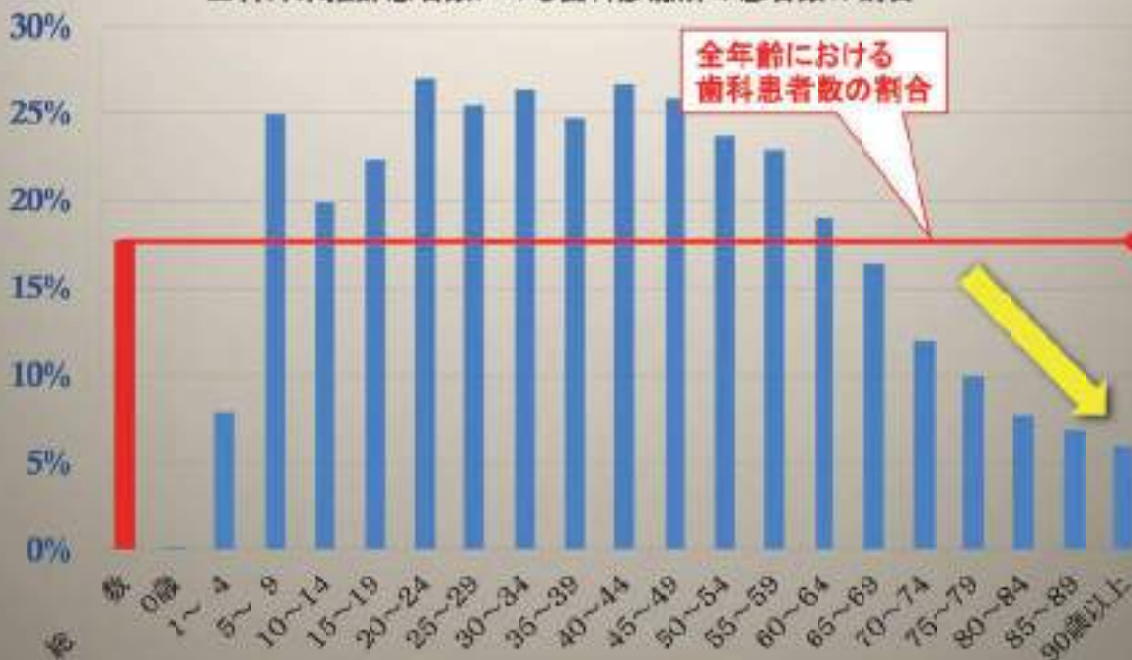


老人施設



## 高齢者の歯科受診の現状 ～嘸めなくても諦めている?～

全科外来推計患者数にみる歯科診療所の患者数の割合



待ってばかりじゃダメなんだ！！



## 京都市南口腔ケアセンターの設立

京都市南歯科医師会  
南口腔ケアセンター



### 南口腔ケアセンター



病院

京都市南歯科医師会  
南口腔ケアセンター



介護施設



在宅

# 南口腔ケアセンターの活動



## 在宅歯科治療の相談窓口 口腔サポートセンター

丹後口腔ケアセンター

舞鶴口腔サポートセンター

丹波口腔サポートセンター

口丹波口腔サポートセンター

乙訓口腔サポートセンター

宇治久世口腔サポートセンター

山城口腔サポートセンター

北口腔サポートセンター

上京口腔サポートセンター

中京口腔ケアセンター

下京口腔サポートセンター

南口腔ケア(サポート)センター

左京口腔サポートセンター

東山口腔サポートセンター

山科口腔サポートセンター

右京口腔サポートセンター

西京口腔サポートセンター

伏見口腔サポートセンター

# 京歯口腔サポートセンター KO SC

## 訪問診療における 困難症例や困った時のサポート窓口

所員歯科医師



所員歯科衛生士



事務局歯科衛生士



京都府医師会在宅医療・地域包括ケアサポートセンター 相談支援事業

### 「食べること」「排泄のこと」

お気軽にご相談ください

おじいちゃんが  
夜は何回もトイレに行かなくて  
困られます...



食事介助の際  
おばあちゃんがよくむせて...



「食べること」「排泄のこと」について、  
問題解決に向けての  
アドバイスなどを行います。

うまくかめない、  
おいしく食べられない...



おむれが臭くなる...



どこに相談したらいいんだろう？

府民のみなさまの電話での無料相談です

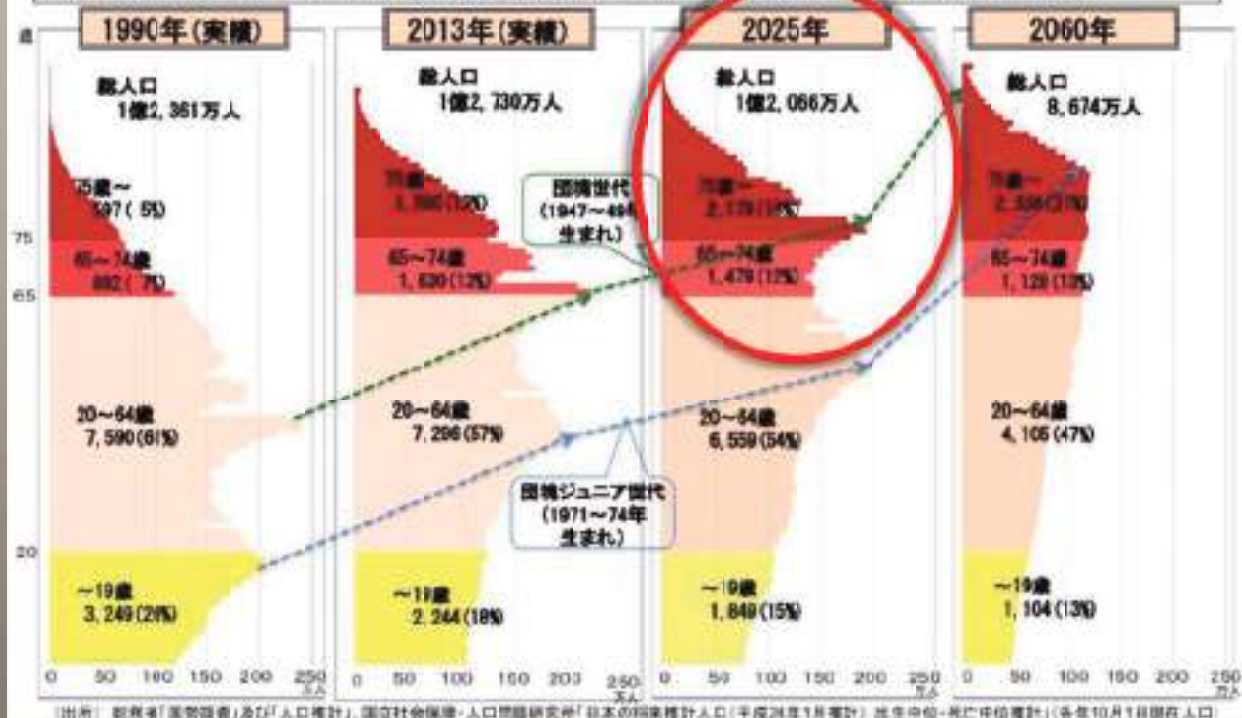
075-354-6079

京都府医師会在宅医療・地域包括ケアサポートセンター（平日 午前10時～午後4時）

# 2025年問題

## 日本の人口ピラミッドの変化

○団塊の世代が全て75歳となる2025年には、75歳以上が全人口の18%となる。  
 ○2060年には、人口は8,674万人にまで減少するが、一方で、65歳以上が全人口の約40%となる。

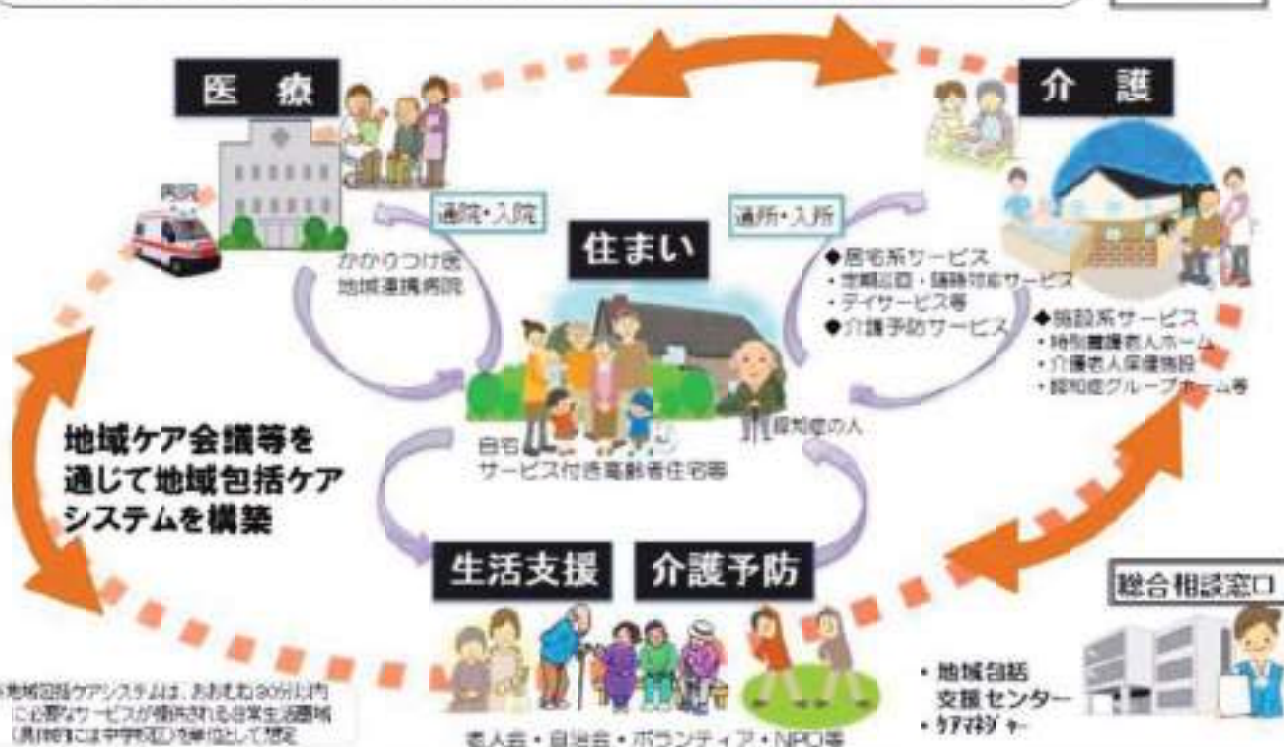


## 地域包括ケアシステムの全体像

### 地域包括ケアシステムとは

地域住民に対する医療・介護・福祉などのサービスを、関係者が連携・協力して一体的・体系的に提供する体制のこと。※固定的な制度・仕組みではなく常に改善・改良を加えながら動かし続けていくもの。

構築主体は  
**市町村**





朝



昼



晚



訪問管理栄養士





作業療法士



# コンビニより多い歯科医院



歯科医院68000軒



コンビニ50000軒

感染症  
の時代



急性期  
疾患  
の時代



慢性期  
疾患  
の時代

疾病構造そのものも変化してきている

義歯や補綴による形態回復の時代

咬め

機能回復



食べ

生活支援

れないか

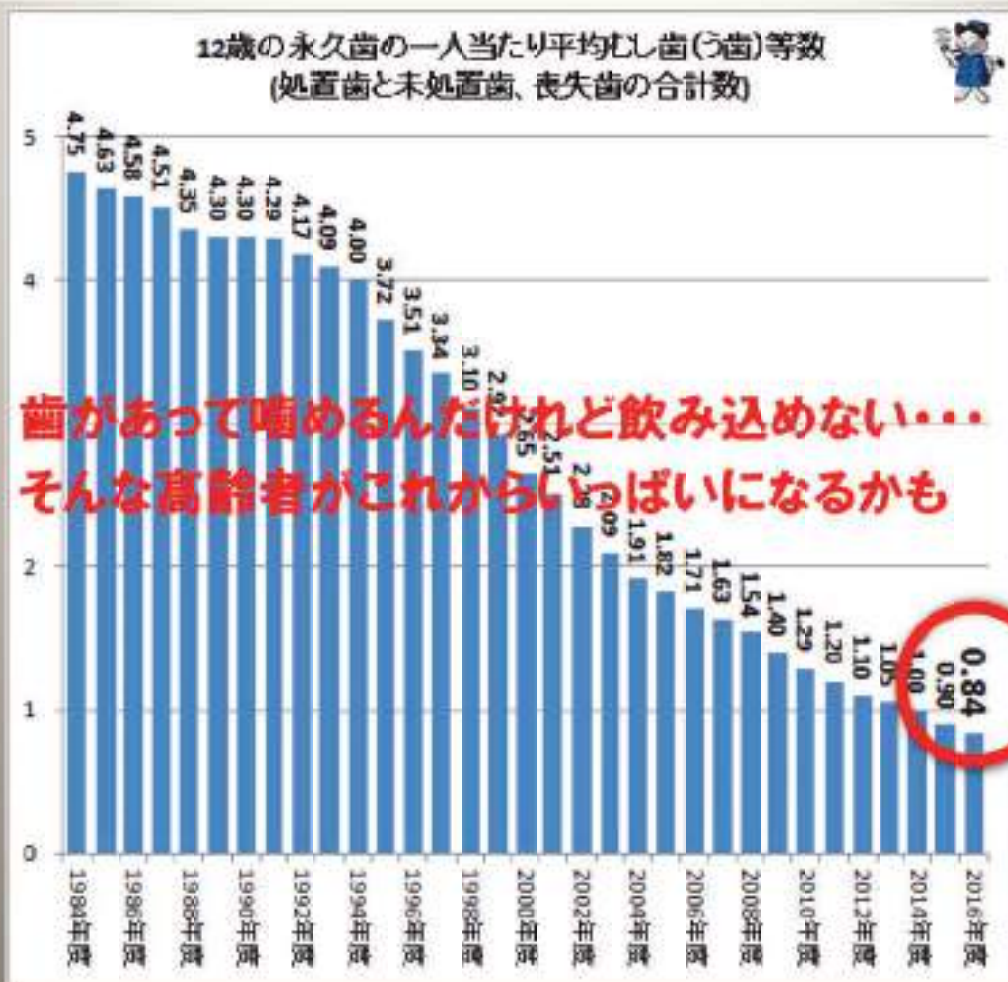
# 中学1年生のむし歯本数

文部科学省(2014年度調査)によると、  
中学1年生のむし歯本数は

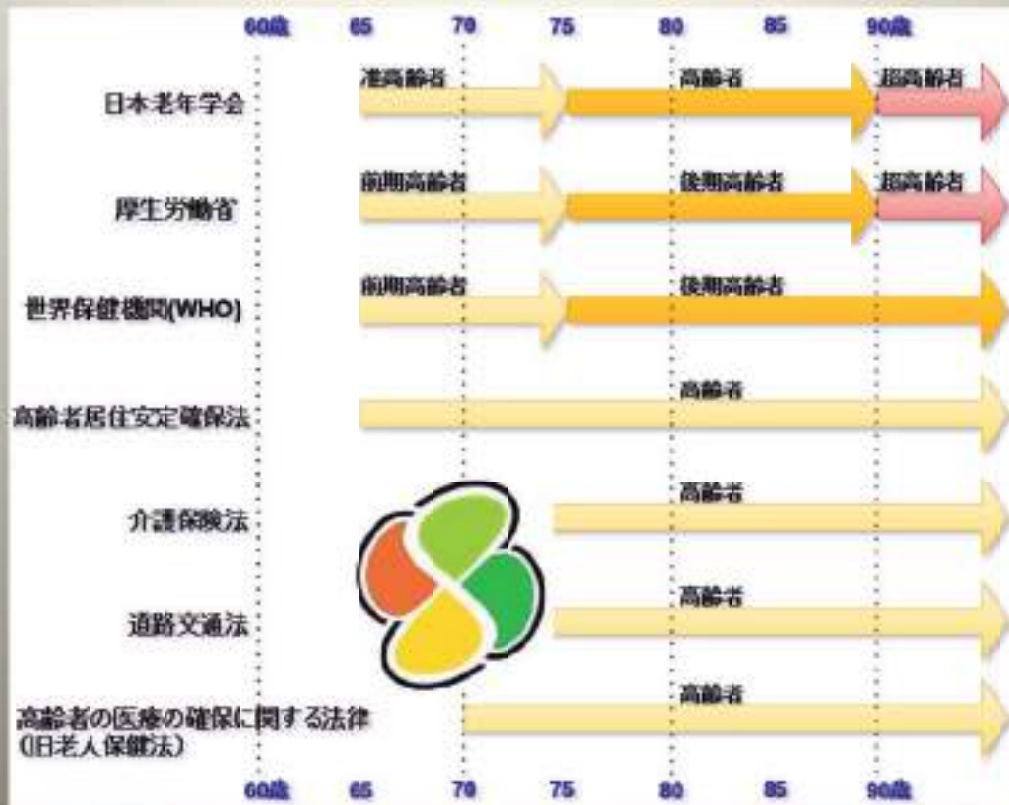
平均 何本??

1本

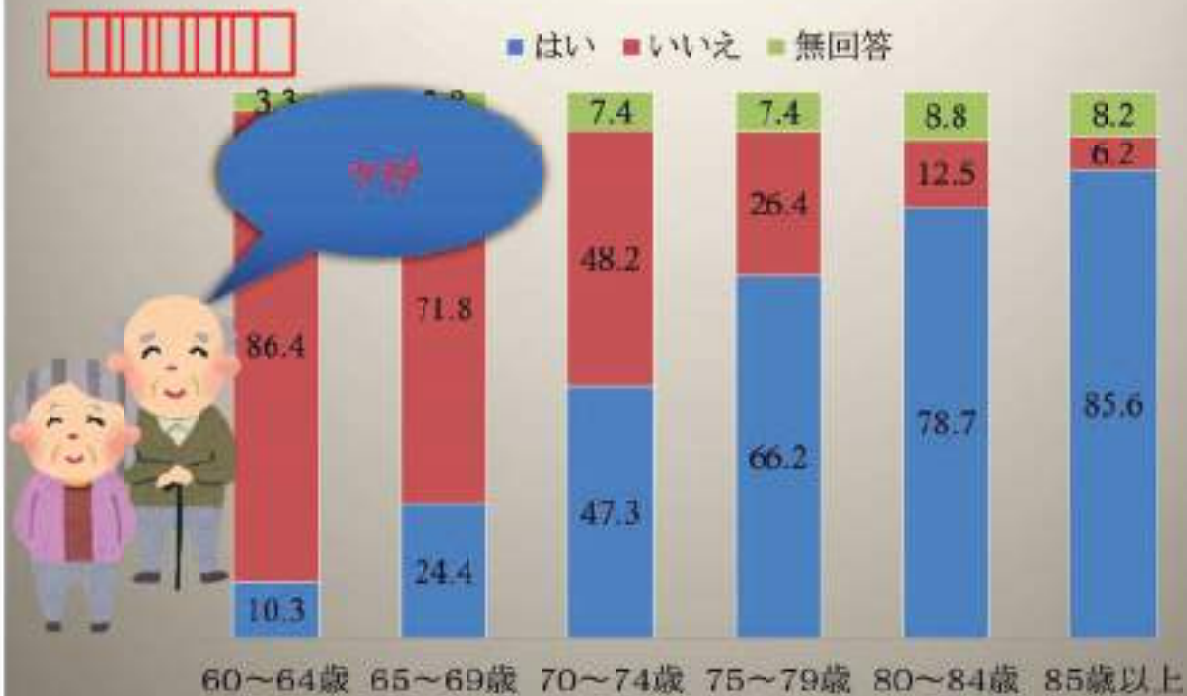
1984年度の調査開始時は平均4.75本だったことから、  
この30年でむし歯の本数が大きく減少したことがうかがえます。



# 高齢者の定義 65歳



## 自分が高齢者だと思いますか??



# 介護食と嚥下食



京滋 摂食・嚥下を考える会

*Keiji Study Group of Dysphagia*



嚥下食プロジェクト  
京料理

# 嚥下食プロジェクト 京料理による嚥下食



食事の後はお茶だね



京滋 摂食・嚥下を考える会

Keiji Study Group of Dysphagia



とろみ茶

嚥下食プロジェクト  
京のお茶

## 嚥下食プロジェクト ～京のお茶～



創業寛政二年

福寿園

おいしいお茶 お求めは、京都・福寿園でございます。

通信販売



お茶にはお茶菓子でしょ



44



京滋 摂食・嚥下を考える会

Keiji Study Group of Dysphagia



嚥下食プロジェクト  
京の和菓子

45



# 嚥下食プロジェクト～京和菓子～

京都府生菓子協同組合



せっかく美味しそうな  
お菓子、料理もな..





京滋 摂食・嚥下を考える会

Keiji Study Group of Dysphagia



清水焼団地協同組合



漆器のアソベ

## 介護食器プロジェクト

## 介護食器



# 豆腐プロジェクト



京とうふ・藤野本店について



当店の豆腐は厳選した原料のとうふを毎日の食卓に、  
無添加のこだわりで製造入店しております。食の安全に「無添加のこだわり」を、私たちが一貫して品質を追求して、お豆腐を作っております。  
京とうふ藤野本店には、京都、丹波の伝統工場の製造技術と独自の製法や  
お醤油などがご堪能いただけます。  
また、そのお豆腐が健康を心掛けた使った季節の産物と相映、豆腐たっぷりの  
スイーツもお楽しみいただけます。  
藤野のお豆腐を毎日の食卓に、という思いを込めて、「安心・安全・おいしい」お豆腐を届けてお返ししております。

50

# 日秘酒プロジェクト



創業350年  
京の伝統と技  
高級酒を毎日の食卓に。

Obun  
Himeji

51

# 目秘酒プロジェクト

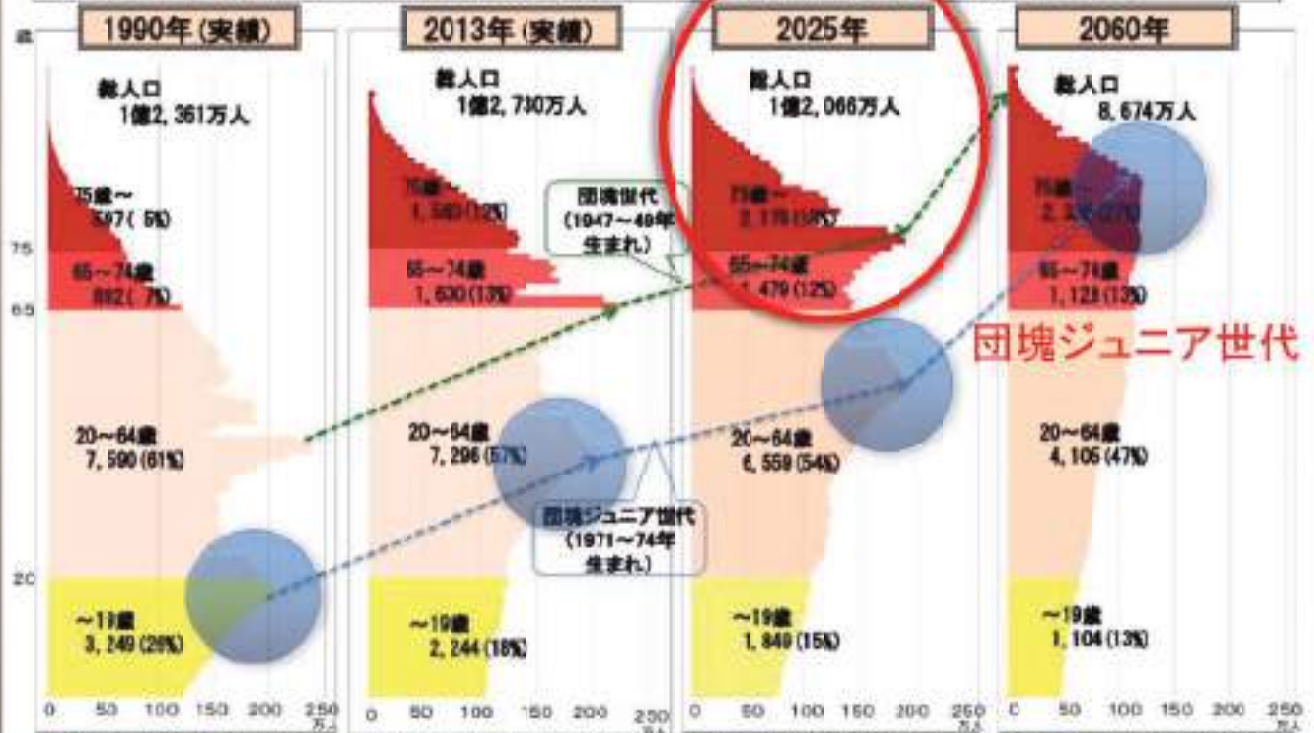


京焼・清水焼、京漆器の介護食器による介護食の松花堂弁当



# 日本の人口ピラミッドの変化

○団塊の世代が全て75歳となる2025年には、75歳以上が全人口の71%となる。  
 ○2060年には、人口は8,674万人にまで減少するが、一方で、65歳以上は全人口の約40%となる。



(出所) 総務省「国勢調査」及び「人口推計」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(平成24年1月推計)、出生中位・死亡中位推計」(各年10月1日現在人口)

## 京都という素晴らしい食文化のもとで



京滋摂食・嚥下を考える会

生きる喜び

<p>だんご</p> <p>京都の伝統的なお菓子。小麦粉をこねて丸く成形し、湯で茹でた後、醤油や味噌、砂糖などで味付けする。</p>	<p>うどん</p> <p>小麦粉をこねて伸ばし、湯で茹でた後、醤油や味噌、砂糖などで味付けする。</p>	<p>豆腐</p> <p>大豆を煮詰めて水分を絞り、塊状にした食品。</p>
<p>もち</p> <p>もち米を蒸して臼で搗き、練り上げた食品。</p>	<p>やっし</p> <p>もち米を蒸して臼で搗き、練り上げた食品。</p>	<p>やっし</p> <p>もち米を蒸して臼で搗き、練り上げた食品。</p>

## いつまでも美味しいものを美味しく食べたい



2017.12.31 17:25

高齢になっても飲める日本酒「とろみ」  
都・伏見の酒蔵が「嚙下酒」試作



試作品の「嚙下酒」を手にする松味利興さん。「要介護  
を受済したい」と訴える一京都市



いつまでも美味しく呑みたい

シンポジウムにつづく  
ご静聴ありがとうございました

平成30年2月3日  
市民公開講座

## いつまでも口から食べられる 京の町づくり



京都府歯科医師会  
口腔サポートセンターの  
取り組みについて



京歯口腔サポートセンター  
(KOSC)  
所員歯科衛生士 吉本美枝



歯科医師会  
ホームページより

### 在宅訪問歯科診療って？

高齢者、有病者、障がい者がおられるご家庭では  
ご家族の方もお困りではないでしょうか？

あなたのご自宅や病院に歯科医師がうかがいます。

訪問歯科診療とは歯科器材を持って歯科医師が訪問い  
たしますのでご自宅での診療が可能です。

例えば入れ歯の製作、修理、調整、歯周病の治療、詰め  
物など…(但し在宅(自宅)での歯科診療には困難を伴い  
ます。訪問しても何もできない場合や訪問が困難な地域も  
ございますのでご了承ください。)



歯科医師会  
ホームページより

口腔ケアって知ってますか？



むし歯や歯周病などの口腔疾患の予防

肺炎などの呼吸器感染症の予防、

摂食嚥下障害の改善を目的とし

実際には、

歯科医師や歯科衛生士が

歯ブラシやスポンジブラシなどを用いて口腔清掃を行ったり

口腔機能訓練や唾液腺のマッサージなどを行います。



## 京都口腔サポートセンター（KOSC）訪問歯科依頼数 （平成27-28年度 総数88名）





# お口の健康を支えるために…

7歳 男性  
S君(兄) A君(弟) 一卵性双生児  
福山型先天性筋ジストロフィー  
(2名とも同病名)



柔らかく調理された食事を経口摂取



双子の同一疾患患者のため  
外来での受診が困難  
訪問診療にて  
歯科衛生士の継続的口腔ケアを希望



初診時  
A君(弟)の齲蝕歯



## 5歳当時のお食事風景



A君(弟)



S君(兄)

## 7歳現在のお食事風景



A君(弟)



S君(兄)



## 支援者会議

### 保護者による 口腔ケア

5歳



奥歯までフロスもできます

7歳

しっかりお口も開けられます

初めて見せてもらった歯磨き

# 介護職へ向けての勉強会の実施

「障がいのある子どもの  
口腔ケアについて」  
～口の中をきれいにするケアの基本を学ぼう～



## 口腔サポートセンター 訪問歯科診療 申込書



※申請書は、申請書と併せて提出してください。必ずお読みください。また、申請書に記入する内容は、ご自身の責任で記載してください。

### 口腔サポートセンター・訪問歯科診療(歯科往診)申込書

FAX : 0120-72-8020 (長崎県長崎市に設置) (2024.1.1)

申請者 氏名 性別 年齢 住所 電話番号  
 申請先 名称 所在地 電話番号  
 記入者 氏名 電話番号

フリガナ お名前	性別	年齢	住所	電話番号
ご住所	〒 市区町村 丁目 番 号 番 号			
①申込み理由	1) 歯が痛い 2) 入れ歯が痛い 3) 入れ歯が合わない 4) 入れ歯が壊れた 5) 入れ歯を作りたい 6) 歯が抜けた・抜けた 7) その他( ) 断えを具体的に:			
②全身状態	1) 寝たきり 2) 厚層たきり(時々起きられる) 3) 意思疎通が悪い 4) 椅子に座れない その他身体状況:			
③かかりつけ医 (医療機関)	病院名:	電話番号		
④かかりつけ 歯科医	病院名:	電話番号		
⑤担当ケアマネジャー等 施設(事業所)名:	氏名:	電話番号		
⑥医療保険・福祉	1) 医療保険(後期高齢者・国民・社保) 2) 児童老人 3) 生活保護・その他( )			
受診者宅の簡単な地図(わかりやすい目印も)	駐車場・車の横付け 可・否	その他・通信欄		

京都府歯科医師会 口腔サポートセンター 申中 FAX : 0120-72-8020



## 京都府歯科医師会 口腔サポートセンター



京都府内  
18地区に窓口があります。



ご清聴ありがとうございました。

2018年2月3日 府民公開講座

# 介護食器プロジェクト 作業療法の視点から

京都大学医学研究科 人間健康科学系  
日本学術振興会特別研究員  
作業療法士

華井明子

## 医療とリハビリ



病気や事故



救急治療

Mission

手術や投薬により命を守る



リハビリテーション

Mission

よりよい生活を送る



【作業療法 (OT) ・理学療法 (PT) ・言語聴覚療法 (ST) 】

# 何が意欲につながるか～作業科学の視点から

文化や生活習慣が強く影響



Kielhofner, Gary. *A model of human occupation: Theory and application*. Lippincott Williams & Wilkins, 2002.

## 「できる（食べられる）」と感じる食事

円滑に摂食できる3条件



## 平皿カレーが食べにくい問題



滑らかな食べ物 + 滑りやすい器はすくいにくい

### 現在医療・介護の現場で用いられている食器



食器のふちに立ち上がりがあり  
自然と食べ物がスプーンにのる

スプーンを立てなくても食器に  
沿わせることができる浅さ



裏に滑り止め



握力が弱くても操作しやすい  
太い柄のスプーン

滑らかな食べ物でも食べやすい



## 食事の意味が変化したときの現状の問題点

安全円滑な  
栄養補給



楽しみ



食事の楽しみや満足感につながる食器は少ない

## 作業療法士が考える理想の食具デザイン

### ■ 動作パフォーマンスの観点から

- ペースト状の食べ物もこぼさずに食べやすいデザイン
- 練習なく自然とよい動作を引き出すようなデザイン

### ■ 習慣の観点から

- 異様さを感じさせない外観
- 苦勞なく最後まできれいに食べやすい形・大きさ

### ■ 意欲の観点から

- 誰もが「いいな」と思い愛着を感じられる外観
- 使う人の「ひととなり」に相応しい仕上がり



工芸の力が必要

# Results





## おわりに 現場の声と目指す食支援

- いただきますといえるようなご飯が恋しい
- 次の正月に家族そろって食事するのを目標にがんばりたい
- ご飯には命と神様が宿っているから、ぐちゃぐちゃに食べてはならないと思う
- たくさん盛られて残してしまうと申し訳ないし家族が心配する、「おのこし」でなく「おかわり」がしたい
- 早く死にたいと思ったけれど、美味しそうなおものが出てきたらもうちょっと生きていようと思えた

- 特別な価値を持つ習慣としての食事
- 生きる意欲と満足感につながる食事

