



Oral Health Promotion Club in Nara
 特定非営利活動法人 オーラルヘルスプロモーションクラブ奈良
 〒631-0021 奈良県奈良市鶴舞東町2番10号 TEL.0742-45-4457

OPC 奈良だより

第2号

ご挨拶 代表 田中康正



一段と高齢化が進む中で、2030年には日本の人口に占める65歳以上の割合が1/3以上になると予測されております。健康で長生きする事が全ての人の望みではありますが、万が一病気になっても自宅でケアできる医療と介護の充実がますます大切になってまいります。これを基本的に支えるのが地域包括システムであり、2016年4月の診療報酬改定と今後の医療政策の方向を見ましても、生活習慣病等の予防と健康寿命の延伸が示されています。

さて当NPO法人の目的とは申しますと、歯と口の健康・機能の維持増進のための調査・研究、普及啓発、支援活動を通じて、県民の健康長寿に寄与することであり、これに沿って活動して参りましたこの1年間の内容をご報告いたします。

在宅や施設で療養されておられる方の口腔内環境はまだまだ厳しいものがあります。お口から食べることの意義、すなわち全身の健康とQOLに繋がることを啓発するためにも、多職種連携すなわちお互いに顔の見える関係の構築が不可欠かと思ます。

OPC奈良はこれからも皆様と一緒に努力してまいる所存です。益々のご理解とご指導、ご支援をお願い申し上げます。

総会・学術講演会

平成27年6月14日(日) 奈良県社会福祉総合センター

NPO法人 Oral Health Promotion Club in NARA (OPC奈良)では平成27年6月14日(日)午後2時より、かしはら万葉ホールに於いて平成27年度学術講演会を開催しました。「多職種連携によるオーラルマネジメント」と題して、兵庫医科大学口腔外科教授の岸本裕充先生に講演していただきました。

講演に先立って、平成26年度において当NPO活動に最も貢献した会員として「メンバー オフ ザ イヤー」に歯科衛生士の花谷隆子さんが表彰されました。

さて、本講演に参加された方々は、医師、保健師、

看護師、管理栄養士、歯科医師、歯科衛生士、言語聴覚士、理学療法士、介護福祉士、病院関係者、介護施設関係者など多方面に渡り、100名を超えて盛会となりました。

高齢者の健康とQOLを維持・増進し、いつまでもお口から食べられるようにするためには口腔ケアが非常に大切ですが、岸本教授は「CREATE」つまり



- C=Cleaning(清掃)
- R=Rehabilitation(口腔機能訓練)
- E=Education(口腔保健指導・教育)
- A=Assessment(評価)
- T=Treatment(歯科治療)
- E=Eat, Enjoy(食べる喜び)

の必要性を強調され、これら全てを含めて「オーラルマネジメント」と表現されました。そして口腔に現れるバイタルサインを見逃さずに、常に保湿状態を維持するようお話されました。口の中は「乾いたら負け！」だそうです。

• **口腔を健康に保つことは重要**
 → **広義の口腔のケア + 歯科治療**
CREATE を念頭に **オーラルマネジメント** として取り組もう！

• **口腔のアセスメントも重要**
 → **口腔のバイタルサインとして清浄性と湿潤度をモニターする***

清浄性：口臭、歯・義歯および粘膜の汚染の有無

湿潤度：口腔乾燥の有無

*直視できるので、注意深く観察すれば、いろいろなものを発見できる

オーラルマネジメント CREATE

C	Cleaning (狭義の口腔ケア) 清掃(器質的口腔のケア)	広義の口腔のケア
R	Rehabilitation リハビリ(機能的口腔のケア)	
E	Education	教育
A	Assessment	アセスメント
T	Treatment	歯科治療
E	Eat, Enjoy	食べる、楽しむ

食べられる口を CREATE!

特養施設長を招いて 平成27年9月10日(木) 奈良県社会福祉総合センター

「要介護・認知症高齢者と共に歩む～施設長歯科医師として」と題して講演会を開催しました。講師は歯科医師であると同時に特別養護老人ホーム「あじさい園」の施設長もされている松村清子先生でした。

歯科医師の立場からは口腔の生理・機能の基礎的な内容から解説いただき、施設長の立場からは施設での口腔ケアの意義やその導入方策、また口腔ケア用器材、備品の紹介や準備、設置、そして入所者およびご家族への説明と理解へのご苦労など、現場での事例をご紹介いただきました。

口腔ケアの実施前と実施後の口腔機能の回復、増進など、その有益性についてだけでなく、現場で生じた課題なども大変楽しくテンポある口調でお話いただき、あっという間の2時間でした。

参加者は看護師、介護施設スタッフ、保健師、歯科衛生士など多職種にわたり資料が足りなくなるほどの盛況でした。



病院における摂食嚥下指導のあり方 平成27年11月19日(木) 済生会奈良病院



講師はOPC奈良理事で前奈良県言語聴覚士会長の松下真一郎先生で、「摂食・嚥下障害に対しての実践的な関わり」というテーマで済生会奈良病院病棟看護師10名を対象に講習会を行いました。

- ・姿勢と誤嚥の関係
- ・食べる姿勢では前に向かう自発的な動きが重要
- ・自分の動きをできるだけ使うことも誤嚥の予防になる
- ・呼吸や自発的な咳も誤嚥の予防になる
- ・安心した食生活の提供が大切

等を実習も交えて解説していただきました。

誤嚥性肺炎が大きな問題になっている昨今、在宅や病棟における摂食、嚥下訓練の重要性は増すばかりになっています。より実践的なお話を聞くことができるよう、OPC奈良でも活動の場を広げていきます。

地域住民公開フォーラム 平成27年3月12日(木) 国保中央病院

国保中央病院
地域住民公開フォーラム

このたび地域住民の皆さまに、がん治療と口腔ケアに対する意識と理解を深めていただくため、公開講座を開催しますので、ぜひご参加ください。

『がん治療と口腔ケア』
～お口の健康ががん治療を支える～

講師 正田歯科医院 院長 正田 晨夫 先生

田原本町の国保中央病院が地域の住民向けに行う公開フォーラムにおいて、OPC奈良の正田副代表が依頼を受けて講演しました。

医師や看護師も参加する中、がん治療による重篤な副作用が、口腔ケアをすることにより軽減されること、歯科との連携の重要性などについて解説しました。



王寺地区医師会に招かれて 平成27年12月6日(日)

王寺地区医師会、藤岡忠慶会長の依頼を受けて、医師会の先生方の勉強会に於いて、口腔の健康と全身の健康との関係、医科歯科連携の大切さ重要性について講演しました。終了後には焼肉パーティーが開かれ、和気あいあい、口から食べることの喜びを共に実感しました。



口腔ケア実技実習と出前実習教室

この事業は、少人数のグループで(できれば同じ事業所の仲間)で参加していただいて、日ごろの疑問にお答えしたり、実際の口腔ケアの方法を学んでいただくことを目的としています。

平成27年度の第1回は10月9日(金)に橿原市の正田歯科医院に於いて、そして第2回は10月30日(金)に大和高田市のウエダ歯科医院で開催いたしました。

高齢者、要介護者の食を支え、QOLの向上を目指すために口腔ケアが最も重要であることはよく知られていますが、実際に行うとなると色々な問題、難しさに直面します。この講習会では、在宅の要介護者の方、介護施設に入所されている方、難病で療養されている方等の口腔ケアを行うためのテクニックを経験豊富な歯科衛生士が直接指導し、モデル患者実習、相互実習を通じて明日からの介護、支援にすぐに役立つ内容です。

まず歯科医師から口腔ケア(口腔清掃と機能的ケア)の重要性と、効果のエビデンスの講義が30分程度あり、その後場所を診療室に移して、花谷歯科衛生士が実際の口腔ケアの方法を指導しました。

参加者からは日頃の疑問や苦労に対する質問が積極的に出され、大変有意義な教室となりました。



◎ある参加者からの声

口腔ケア教室に参加させて頂き、ありがとうございました。わかりやすく、実践に即した内容で、毎日の祖母の口腔ケアに生かすことができいております。その時いただいた資料や、教えていただいた内容のメモ書きを時折読み返しては再確認しております。また上田先生や歯科衛生士の先生の熱心で暖かな指導に心打たれました。要介護者や家族にとって、大変心強い存在であり、講習を通して勇気を頂きました。このような口腔ケア教室を、今後も多くの介護者に提供していただけたら大変嬉しく思います。

また3月8日(火)には、奈良市法蓮町の通所介護施設「法蓮吉祥寺デイサービス」からのご依頼で、野阪歯科医師と花谷歯科衛生士が施設に赴き、出前口腔ケア実技実習教室を開催しました。内容は上記と同じで、大変参考になったと喜んでいただきました。いつも一緒に仕事をしている仲間だけですので、楽しく質問の飛び交う教室となりました。



平成28年度も各地で開催を予定しています。またご希望があれば、当OPC奈良のメンバーがお伺いして出前実習も行います。詳細は事務局にお問い合わせください。

ケアハウス「三輪の里」 出前講演会 平成27年12月17日(木) 三輪の里



OPC奈良の事業計画に「高齢者施設向け摂食・嚥下指導講習会の開催」があります。今年度は桜井市にある「ケアハウス三輪の里」で出前講演を行いました。約30名の入所者と職員に向けて、口腔ケアの大切さや、いつまでもお口から食べるために大切なこととお話しました。

学校保健委員会からの講演依頼を受けて 平成28年2月4日(木) 奈良養護学校



奈良県立奈良養護学校の養護教諭の先生から、「学校保健委員会で講演してほしい」というメールが届きました。

心身に障害を持っておられる生徒さんや保護者の方々にとって口腔ケアを適切に行うことは時として難しいことがあり、歯や口腔に問題を持っておられることも多い現実があります。そのような中、適切な口腔ケアで疾病予防につなげたいとの養護の先生からのご相談でした。

正田副代表と網代歯科衛生士が講演と実習を行い、内科、耳鼻科、薬剤師の先生方、保護者のお母さん方、学校関係者の皆さんと熱心な意見交換もありました。

橿原市養護教諭への講演

平成27年1月26日(火) 橿原市公民館

橿原市教育長のご厚意により、橿原市内および高市郡の養護教諭の先生方役30名に、橿原市公民館にお集まりいただき、児童生徒の歯の健康の大切さについて講演しました。

地域在宅医療・包括ケア連携会議

平成28年2月21日(日) 桜井市立図書館



奈良県中和保健所が主催する研修会は、昨年度に続き、約200名の多職種が一堂に集い、シンポジウムとワークショップが行われました。

シンポジストの一人としてOPC奈良の正田副代表が、多職種の連携による高齢者の口腔ケアの効果について簡潔に解説しました。

中和地区は奈良県内でも最も連携体制づくりが進んでおり、保健所の役割の大きさが認識されております。

在宅歯科医療・口腔保健研修会

平成28年3月10日(木) リサイクル館かしはら

午後1時半より中和保健所の主催で「地域包括ケアにおける在宅歯科医療の必要性と多職種連携」をテーマに研修会が開催されました。

まず中和保健所の和家佐課長と井伊歯科衛生士から「在宅歯科医療連携に関する保健所の取り組みとアンケート調査結果について」の情報提供があり、次に奈良県歯科医師会の花岡常務理事から「歯科医師会の取り組み」、そして当NPO法人の正田副代表から「地域における在宅医療のこれまでの取り組みとこれからの方向性」の講演がありました。その後基調講演として歯科医師で和歌山県介護支援専門員協会会長の初山昌平先生が「歯科から見た地域包括ケアシステム構築について顔の見える関係とは」と題して、多職種連携を進めるうえの苦労や事例紹介のお話がありました。

参加者はケアマネージャー39名の他、介護職、介護福祉士看護師、管理栄養士、ケアワーカー、相談員、歯科医師、歯科衛生士、歯科助手、施設管理者、保健師、行政など95名の多職種の方々でした。



介護職に向けて摂食嚥下指導

平成28年3月24日(木) 奈良市西部公民館



奈良市西部公民館に於いて、「摂食・嚥下講習会」を行いました。講師は前奈良県言語聴覚士会会長で、また現日本語聴覚士会代議員の松下真一郎先生で、約40名の参加者がありました。

参加者は看護師、歯科衛生士、介護士等、多職種にわたり、摂食・嚥下についての関心の深さを感じられました。

講演は、姿勢と誤嚥との関係を中心に、動画やスライド、文献などを用いてわかりやすく、とても興味深い内容となっていました。

野迫川村歯科診療室オープン

平成28年4月7日(木)より

待ちに待った野迫川村の歯科治療が平成28年4月より同村国保診療所内においてスタートします。平成26年より始めたOPC奈良の歯科保健活動を補完する歯科診療室がこのほど完成しました。角谷村長はじめ役場の皆様のご理解、診療所医師西岡所長らの応援により無歯科医地区での診療が再開されます。診療日は毎週木曜日で、村内各地域から送迎バスが運行されます。



角谷野迫川村長と共に

ホームページもご覧ください

<http://opcnaara.health-care-site.com/wordpress/>

OPC奈良

検索