

**口腔機能アップ!元気なお口で寝たきり予防—介護予防従事者向け実践ヒント集—**は「健康にいがた21」のホームページからダウンロードしてご覧頂けます。  
(<http://www.kenko-niigata.com/21/>)

(財)新潟県歯科保健協会にて有料頒布もしております。(一部250円 税込み・送料別)

## ●お口の体操カレンダー (1セット 各30部×3シリーズ)



家庭でも運動を継続していただくためのカレンダーです。  
イラストを見ながらお口の体操を実施し、日付や予定が書き込めるようになっています。

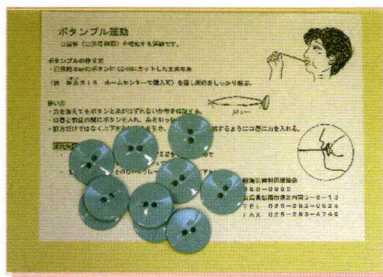
価格 各30部 1セット 2,100円 (税込み、送料別)

## ●お口の体操DVD

深呼吸、首、肩、頬、顔の運動、耳下腺マッサージ、舌の運動、発音の練習からなっており、映像をみながらリズムにあわせて体操が行えるようになっています。

価格 1,050円 (税込み、送料別)

## ●ボタンプル運動用ボタン



口腔機能の向上のためのリハビリテーションとして口輪筋を強化する「ボタンプル運動」に適した形態のボタンです。ボタンが湾曲しており縁も薄いため、違和感なくボタンプル運動ができます。

価格 10個1セット 1,050円 (税込み、送料別)

## ●てくてく歯っぴーカレンダー

(社)上越歯科医師会 訪問口腔ケアセンター  
ホームページからダウンロードしてお使い下さい。

<http://www.j-dental.or.jp/>

## ●咀嚼力判定ガム

そしゃくりよく  
咀嚼力判定ガム  
咀嚼前にはガムは緑色を呈していますが、良く噛むことで徐々に赤色に変化していきます。目で見て、咀嚼能力を判定する目安として活用できます。

定価 1個 105円 (税込み)

## ●健口くん



### 健康ビジネス連峰

平成19年度  
新潟県健康関連ビジネスモデル推進事業採択  
HP <http://www.kenko-biz.jp/>



口腔機能を評価しよう!~機能評価方法のエトセトラ~の①反復唾液嚥下テスト(RSST)と②オーラルディアドコキネシスの測定を容易にする自動測定器です。

①では、合図をしてから3回唾液を飲み込むまでに掛かった時間を測定するストップウォッチ機能を有しており、嚥下運動各回の積算時間をメモリー表示します。

②では、測定時間内の発音回数を自動的に測定できる、大変便利な測定器です。

価格 99,750円 (税込み)

問い合わせ先

(財)新潟県歯科保健協会

〒950-0982

新潟県新潟市中央区堀之内南3丁目8番13号 新潟県歯科医師会館内  
TEL:025-283-0525 FAX:025-283-4746

E-Mail: [ndhs@plum.ocn.ne.jp](mailto:ndhs@plum.ocn.ne.jp)

HP <http://niigata-dhs.com>

# あとかき



本書は「地域支援事業」及び「予防給付」等に関わる介護予防従事者向けに作成しました。

実際のトレーニングメニューや評価方法等を中心に掲載し、また、「口腔」だけでなく、「栄養」や「運動器」の情報についても絵や図を取り入れ、わかりやすく、見やすい内容としました。

- ・「事業を始めたいけれど、何をすればいいかわからない。」
- ・「何となく事業がマンネリ化してきた。」 等

そんな時、本書を利用していただき、事業を実施する際のヒントとして役立てていただきたいと思います。

介護予防は、本人が楽しく目標を持って、前向きに実施できるからこそ継続でき、効果が上がるものです。そのためには、介護予防従事者の関わり、サポート体制が鍵を握っていると考えます。

なお、「口腔機能の向上」に関する全てが網羅されている訳ではありませんので、現場の実情に合わせた内容に組み立てていただくとともに、研究班による「口腔機能の向上マニュアル」と併せて活用し、実施していただくことをお勧めします。

## 参考文献



- ・口腔機能の向上についての研究班  
主任研究者 日本大学歯学部摂食機能療法学講座教授 植田耕一郎  
：口腔機能の向上マニュアル ～高齢者が一生おいしく、楽しく、安全な食生活を営むために～  
(厚生労働省 平成18年3月)
- ・新潟市保健所:かむのみこむ スマイルパワーアップセミナーマニュアル(平成18年8月)
- ・菊南病院診療部言語療法科 大塚祐一、宮本恵美  
：口の体操 グループゲーム集 ～構音障害を中心に～(金原出版 2004年4月)
- ・株式会社QOLサービス:月刊デイ:vol 91(平成19年7月号)、vol 95(平成19年11月号)
- ・社団法人 新潟県福祉施設協議会:おいしい新潟の高齢者ソフト食(平成17年10月)

### 編集委員

石井 る美	新発田市 健康福祉部高齢福祉課 管理栄養士	(50音順) (敬称略)
伊藤 加代子	新潟大学医学部総合病院 加齢歯科診療室 歯科医師	
薄波 清美	社会福祉法人 松波福祉会 歯科衛生士	
金子 弘子	介護老人保健施設 エバーグリーン 言語聴覚士	
金子 保宏	柏崎市 元気支援課 理学療法士	
後藤 公彦	新潟県福祉保健部高齢福祉保健課	
杉本 智子	新潟県福祉保健部健康対策課	
高橋 純子	胎内市 市民生活課 介護支援専門員(歯科衛生士)	
野村 隆	新潟県歯科医師会地域保健部員	

(財)新潟県歯科保健協会事務局

新潟県 (社)新潟県歯科医師会

(財)新潟県歯科保健協会 〒950-0982 新潟市中央区堀之内南3-8-13 ☎(025)283-0525

新潟県歯科保健協会ホームページ <http://niigata-dhs.com>

印刷 文京企画