

## 「口腔機能の向上事業」結果のお知らせ

### 口腔衛生

- 1 食物残渣<sup>しょくもつざんさ</sup>  
口の中に残っている食べ物のカスの量を観察しました。
- 2 舌苔<sup>ぜったい</sup>  
舌の“汚れ”の量を観察しました。  
(舌苔は、口臭、味覚の低下および呼吸器感染症の原因になる場合があります)
- 3 義歯(入れ歯)、歯の汚れ  
入れ歯や歯の汚れの状況を観察しました。
- 4 口腔衛生習慣  
お口の衛生習慣について状況をお聞きしました。

### 口腔機能

- 1 だ液飲み込み測定  
何回だ液を飲み込むことができるか、飲み込む機能の測定を行いました。
- 2 「パ」「タ」「カ」発音測定  
「パ」「タ」「カ」をそれぞれ10秒間発音することにより、1秒間あたりの発音回数に換算し、口の周りの動きを測定しました。
- 3 頬のふくらまし(空ぶくぶくうがい)  
空ぶくぶくうがいを行い、頬のふくらみの状態により唇の閉じる機能等の測定を行いました。
- 4 ボタンプルテスト  
ボタンに糸を通したものを唇と歯の間にはさみ、引っ張ることにより口の周囲の筋力の状況を測定しました。
- 5 舌の突出長さの測定  
舌を思いっきり「べー」と出し、舌の長さを測り、舌の運動機能を測定しました。
- 6 左右口角間の長さの測定  
口を最大限に引いた時と、すぼめた時の左右口角間の長さ(幅)を測定し、口の周りの筋肉の力を測定しました。
- 7 噛む力のテスト<sup>か</sup>  
ガムを使って、食べ物を噛み砕く能力と、出てくる唾液とよく混ぜ合わせ、飲み込みやすい状態にする能力を調べました。

