

# 介護分野における未病改善のためのオーラルフレイル対応型指導者育成研修会 実施要領

## 1. 目 的

高齢者の加齢に伴う機能低下・虚弱（フレイル）の初期の兆候は、歯と口腔の機能低下（オーラルフレイル）から始まり、これを放置すると、要介護や死亡のリスクが高まることが近年明らかになってきている。

病院や高齢者施設で生活している方の多くは、気付かないうちにオーラルフレイルになっていることから、高齢者施設において、オーラルフレイル対策（機能面）及び誤嚥性肺炎の防止に有効な口腔内清掃（衛生面）を一体的に対応可能なリーダーを育成し、高齢者施設を拠点とした県民の未病改善に寄与する。

※オーラルフレイル：「わずかなむせ」「食べこぼし」「発音がはっきりしない」「噛めないものの増加」等のささいな口腔機能の低下から始まる心身の機能低下につながる口腔機能の虚弱な状態

## 2. 主 催

神奈川県

## 3. 実施主体

一般社団法人神奈川県歯科医師会（神奈川県委託事業）

## 4. 日 程

第1回目：令和元年10月24日（木）午後2時00分～

第2回目：令和元年11月21日（木）午後2時00分～

**※第1回目と第2回目は同じ内容で実施。どちらか1回を受講。**

## 5. 会 場

第1回目：神奈川県歯科医師会館 5F 501・502研修室  
（横浜市中区住吉町6-68 TEL:045-681-2172）

第2回目：神奈川県歯科医師会館 5F 501・502研修室  
（横浜市中区住吉町6-68 TEL:045-681-2172）

## 6. 受講対象

- ・ 要介護度の低い方がいる高齢者施設等に勤務する介護職の方（介護福祉士等）
- ・ 1施設からの受講者は、**原則1名まで**とする。
- ・ 施設において、日常的に口腔ケアを実施しており、施設における口腔ケアの状況を把握している方。
- ・ 当該研修で学んだ内容を施設のスタッフへ伝達し、指導・支援できる立場の方。

## 7. 定 員

各回40名（合計80名）

## 8. 受講料

無料

## 9. 研修内容

| 内容  | 講師                                 |
|---|------------------------------------|
| 【序論・講義】<br>神奈川県における未病改善及びオーラルフレイル対策の取組みについて | 神奈川県健康医療局保健医療部<br>健康増進課            |
| 【総論・講義】<br>介護施設における口腔ケア及びオーラルフレイル対策について     | 鶴見大学歯学部 地域歯科保健学<br>講師 山本 健         |
| 【各論・講義】<br>在宅歯科医療連携室の活用及び訪問診療について           | 神奈川県歯科医師会地域保健委員会<br>在宅歯科・医科歯科連携事業部 |
| 【各論・講義及び実習】<br>口腔ケアの実践                      | 神奈川県保健福祉事務所                        |

## 10. 修了証

研修会修了者には、研修会終了後に修了書を交付する。

### 11. 申込み

別紙1「介護分野における未病改善のためのオーラルフレイル対応型指導者育成研修会 申込書」により、令和元年10月11日(金)までに、FAX(0120-681-786)にて提出する。

### 12. 持ち物

- ・歯ブラシ
- ・タオル
- ・手鏡

### 13. その他

研修受講一定期間経過後に受講者に対して、勤務する高齢者施設で研修内容をどのように活用したか、また院内にどのような変化があったか等を把握するためのアンケートを実施する。

### 14. 問合せ

一般社団法人神奈川県歯科医師会 事業第二課 今井  
横浜市中区住吉町6-68

TEL : 045-681-2172 FAX : 0120-681-786 E-Mail : imai@dent-kng.or.jp

<参考>

当該研修では、神奈川県が作成した「病棟看護職等のための口腔ケア実践の手引き」を教材の1つとして使用し、講義及び実習を行います。

下記 URL に掲載しておりますので、事前にお目通し頂けますと、研修の理解度が高まることと思います。

○ <http://www.pref.kanagawa.jp/docs/cz6/cnt/s001/oral-care.html>

○ または、「病棟看護職等のための口腔ケア実践の手引き」で検索して下さい。



**2 用具の選択準備** 本間に必要な用具を選ぶ リスクを見抜いて使用

**基本3点セット**

- ガーゼ** (乾拭き用)
  - ・唾液が流出しない乾拭き
  - ・動脈血が流出しない乾拭き
  - ・濡れが乾拭きできる乾拭き
- 水の入ったコップ2つ** (コップは透明のものがよい)
- 粘膜炎ブラシ** (舌の清掃と清掃用)
  - ・粘膜炎は唾液を吸い取る歯ブラシやデンタルフロスの使用をよい
  - ・歯垢が使用する場合、歯垢の注意とケア後の歯垢が落ちる!

**ソフトガーゼ** (不織布ガーゼ製)
 

- ・使用する用具の乾燥を不用意に避けず、作業が煩雑になるため乾燥のリスクも考えます。
- ・基本的には、薬剤不要です。特に薬剤時痛が分るされている場合は、**歯痛止め**も併用します。(無菌剤は、乾いて歯肉状に固まり、歯肉部にも付着することがあります。)

※お口を開けていることが難しい時は、下記の「**ソフトホワイト**」を使用して下さい。

**★ 看取さんに優しい！手づくり開口保持具『ソフトホワイト』**

**利点**

- ガーゼの粘性を弱くして柔らかく開口保持し、水分を吸収する効果(乾燥を防ぐ)効果も期待できる。
- 強い痛み込みによる歯の動揺や根絶の危険を軽減し、看取さんの負担も軽減する。

**作り方**

- ① ガーゼを折りたたむ(約20cm)を折り畳む(約10cm)に折り、約10cmに折り畳む
- ② 折ったガーゼの両端を指で折り畳む
- ③ 折り畳んだガーゼを指で折り畳む
- ④ 折り畳んだガーゼを指で折り畳む
- ⑤ 折り畳んだガーゼを指で折り畳む
- ⑥ 折り畳んだガーゼを指で折り畳む

**6 口腔観察 (口腔内アセスメント)** 観察に始まり・観察に終わる・たえず観察

観察は五感を使って 観察で変化を見抜く

口腔ケア実施前に、口の中を丁寧に観察し、適切に評価することにより、その日の状態に合わせた口腔ケアを実施することが出来ます。

まず、バイタルサインの確認とともに「**痛み**」と「**口臭**」のチェックを行います。「**痛み**」は、口腔ケアに大きな影響を及ぼすので、「**痛み**」があれば患部を把握し、先に対応しましょう。各部位の観察ポイントも下記を参考にしてください。

よく見ている歯(歯垢)は、歯肉が赤いのが多いので、必ず確認し、記録しましょう。歯肉が赤いのは、歯肉が赤いのが多いので、必ず確認し、記録しましょう。

**口腔の観察ポイント**

- 口唇・口角** (乾燥・潰瘍・歯肉炎等)
- 舌・粘膜** (赤・白苔等)
- 歯・補綴物** (虫歯、歯肉炎、歯肉腫、歯肉腫等)
- 義歯** (汚れ、適合不良等)
- 歯肉状況** (歯肉炎、歯肉腫)
- 歯・義歯の汚れ** (歯垢、歯石)

**痛み** (歯痛、歯肉痛)

**口臭** (口臭、歯肉臭)

**唾液** (唾液、唾液)

**口腔内の状態を把握し、全身の状況(バイタル)を踏まえ適切な口腔ケアへ**

※ 観察時に「**痛み**」が認められたら、(時痛等)を先に対応するため、口腔ケアを行います。

※ 歯肉にむしり、歯肉専門家に相談!

※手引き一部抜粋

基本的な口腔ケアの実施方法やポイント、オーラルフレイル対策に重要な口腔機能訓練まで、この1冊にあらゆる内容が網羅されています。



# 神奈川県歯科医師会館までのご案内 (神奈川県歯科保健総合センター)

- 印：市営地下鉄出入口
- 印：みなとみらい線出入口

