



# 第3回 菜の花教室

3/27 (木)、3/28 (金)

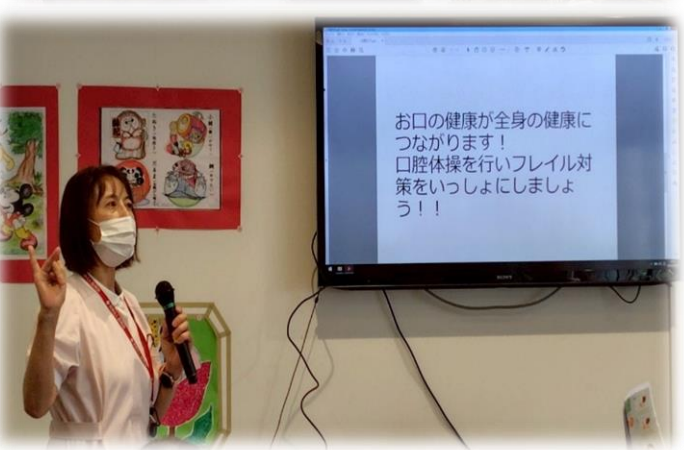


## 【お口の健康について】




3月の菜の花教室は看護師が【お口の健康】をテーマに勉強会を開催させていただきました！

ご自宅でも継続しておこなえるように菜の花テイケアで昼食前におこなっている口腔機能向上体操の資料をお渡しし、看護師が、お口のトレーニングの効果について説明しながら口腔機能の維持の重要性を利用者様に学んでいただきました！



お口の健康が  
いつまでも、お元気に  
過ごせる全身の  
健康につながります！



# 菜の花通所リハビリテーション

リハビリ・栄養・口腔の一体的な取り組み

菜の花通所リハビリテーションでは利用者様が住み慣れた地域・ご自宅での生活が継続できるように他職種で連携し、リハビリ・栄養・口腔の一体的な取り組みを行い自立支援や重度化予防に努めております！

## リハビリテーション

専門職による  
個別のリハビリ



デイケア菜の花

栄養

管理栄養士による  
栄養管理



口腔

看護師による  
口腔状態の  
チェック





デイケア菜の花では利用者様のお口の健康のために看護師が定期的に口腔状態の確認(衛生管理)、評価を行い、口腔機能の改善に努めております！



# 口腔 看護師による 口腔状態の チェック



## 【オーラルフレイル】



オーラルフレイルとは加齢などによって始まるお口の機能の低下のことをいいます。お口の機能が低下すると身体機能の低下にもつながっていきます。例えば、むせや口の渴き、噛む力等、お口がうまく使えないと美味しく、お食事が食べることができなくなり、食事が減ります。特に筋肉の維持に必要な肉や野菜など硬くて繊維質のものを食べなくなることで筋肉量が減少し転倒や寝たきりのリスクにつながります。また、うまく食べることができない、喋ることができないと、ご家族や仲間との交流も減り社会性が損なわれていき認知的な疾患の原因にもなります。このようにお口の衰えが心身機能の低下という負の連鎖につながっていきます。

利用者様が毎日を、お元気で楽しく健康に過ごすために口腔機能の衰えの予防に努めていきたいと思っております！