

## 令和5年度 東三河北部医療圏地域在宅医療・介護連携推進支援事業について

## 1 テーマ

「高齢者の口腔機能低下予防の取組強化のための支援」

## 2 事業の目的

当医療圏の高齢化率は愛知県を大幅に上回っており、県内で最も高齢化が進んだ地域となっている。要介護状態への進行を予防するためには、フレイル段階での介護予防対策が求められており、高齢者が住み慣れた地域で自立して生活し続けることにも繋がる。また、フレイルの一つである口腔機能低下は、フレイルを加速させる要因になると言われている。

そのため、地域包括ケアの推進に向け、口腔機能低下予防対策に焦点を絞り、高齢者が、歯と口腔を健全に保持することの重要性を理解し、口腔機能の低下を予防することにより、歯と口の健康づくりを通じた健康で質の高い生活を送ることができるよう、当医療圏における取組促進及び連携強化を図ることとした。

## 3 取組内容 ※新城保健所・豊川保健所 地域歯科保健課題対応事業と共催。

## (1) 東三河北部医療圏 地域在宅医療・介護連携推進研修会

開催日時	令和5年7月27日(木) 午後2時から午後3時30分まで
開催形式	オンライン (Cisco Webex) 開催
受講者	86名 (うち保健所職員8名) 新城保健所管内11機関、14名 (内訳 新城歯科医師会、病院(栄養士会)、介護施設、社会福祉協議会、地域包括支援センター、市保健・介護担当課)
研修内容	<p>①取組報告「歯科衛生士が取り組む口腔機能低下予防」 報告者 愛知県歯科衛生士会三河東部支部 副支部長 榊原 裕子氏</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>管理栄養士、歯科衛生士でフレイル予防講座実施。</li> <li>在宅訪問の症例報告(口腔機能テスト実施、簡易栄養状態評価表(MNA)を評価し、管理栄養士に相談、訪問時、口腔ケア及び機能訓練、関節訓練の実施)。</li> </ul> <p>②講話「歯科からアプローチする高齢者への食支援～生涯おいしく食べるためには～」 講師 愛知学院大学歯学部 高齢者・在宅歯科医療学講座 宇佐美 博志氏</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>オーラルフレイルとは、口と舌の衰えを指す。摂食嚥下機能は75歳過ぎるあたりから右肩下がりになる。その先は低栄養になり、リハビリの効果も見込めないこともある。</li> <li>機能低下を考える際には過去の自分と比較して考える。</li> <li>行動変容について、促す理論やマニュアルはない。行動変容が難しい無関心期の人には、きっかけをつくる必要がある。</li> <li>食事時間が長くなった、薬を飲み込みにくくなった等の症状も口腔機能低下症状。これらを対象者に聞いてみる、または情報を提供するの也不错。</li> <li>口腔機能の維持、低下予防には、鏡の使用(口腔清掃時、それ以外)で清潔確認、口腔機能体操、新聞・雑誌、早口言葉、カラオケ、同世代の友人と継続、共食、歯科医院受診等がある。</li> <li>体重の測定、記録は低栄養など体の変化に早めに気づくことが可能。</li> </ul>

アンケート結果	<p><b>【結果】</b> 回答数：56件 回答率：71.8% (保健所職員8名を除く)</p> <p><b>【感想や参考になったこと】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>行政：かかりつけ歯科への相談。早期に気づき、対策していくための周知啓発。</li> <li>歯科医療関係者：口腔機能低下の症状について、診療がオーラルフレイル発見の場。患者自身が行う舌トレーニング等が必要。</li> <li>管理栄養士・栄養士：嚥下機能の低下が低栄養につながる。</li> <li>介護支援関係者：機能維持をしていくことの重要性、意識付けが必要。 歯科衛生士の介入によって、生活意欲(食欲改善、買い物、外食など)の改善に繋げる。</li> </ul> <p><b>【業務などで活用できること】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>行政：効果の実感・毎日継続に向け、カレンダーへ記入する。健康教育の機会を増やす。</li> <li>歯科医療関係者：口腔機能低下についての予防法や知識などの情報提供。</li> <li>管理栄養士・栄養士：口腔状態の聞き取り。多職種連携・助言ができる環境づくり。 咀嚼等の食べ方や食形態についてアドバイス。</li> <li>介護支援関係者：日常的に口腔ケアや口腔体操などを行う。訪問時に助言。</li> </ul> <p><b>【高齢者の口腔機能低下予防について必要と思われること、御意見等】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>行政：無関心期が気づききっかけとなる関わり。 地域歯科医療機関で、機能維持につながる指導ができる体制やしくみ。</li> <li>歯科医療関係者：機能低下させないように周知啓発する。 高齢者の歯科検診事業に口腔機能の評価を取り入れる。</li> <li>管理栄養士・栄養士：気軽に相談できる歯科医院の増加。オーラルフレイル健診の実施。</li> <li>介護支援関係者：時間を決め、口腔体操を習慣化する。社会活動への参加を促す。 一人で悩まない。多職種協働で取り組むこと。</li> </ul>
---------	--

**(2) 東三河北部医療圏 地域在宅医療・介護連携担当者情報交換会**

開催日時	令和5年8月3日(木) 午後2時から午後3時45分まで
開催形式	豊川保健所 2階 大会議室
受講者	18名(うち保健所職員7名) 新城保健所管内3機関、4名 (内訳 新城歯科医師会、新城市保健及び介護担当課) ※令和4年度に設楽町、東栄町、豊根村を対象に会議を開催したことから、令和5年度は新城市及び豊川保健所管内市を対象に実施。
研修内容	<p>①取組報告「歯科衛生士が取り組む口腔機能低下予防 ～豊根村高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の活動から～」 報告者 愛知県歯科衛生士会三河東部支部 副支部長 榊原 裕子氏</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>令和2年度から令和4年度にかけて、ポピュレーションアプローチ(フレイルとお口の健康についての講話、介護予防教室への参加等)及びハイリスクアプローチ(在宅訪問し、口腔機能向上のための助言や指導、次年度に再評価)を実施。</li> <li>口腔健康体操のDVDを豊根村職員と協働で作成し、地域サロンにて口腔体操を指導。→直接介入できたことで、オーラルフレイルについての知識の普及啓発ができた、在宅訪問において継続的支援ができたことで適切な効果(口腔機能低下予防)が得られた。</li> </ul> <p>②講話「高齢期における口腔機能低下予防対策～保健と医療の連携した取組強化に向けて～」 講師 愛知学院大学歯学部 高齢者・在宅歯科医療学講座 宇佐美 博志氏</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>オーラルフレイルはゆっくり進行し、すぐに生活に支障が出ないため気づきにくい。そのため、様々な場面で気づくことが大切である。口腔機能が低下すると、低栄養状態となる。低栄養にならないためにも、機能低下に至る前までに高めておくことが重要。</li> <li>高齢者が歯科受診した際に、口腔機能低下症の症状を訴えることはないため、歯科関係者側から症状について尋ねることが必要。</li> <li>オーラルフレイル、口腔機能低下症という言葉の共有が出来るとよい。</li> </ul> <p>③情報交換</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>歯科医師会：口腔状態が悪い人が多いように感じる。特に、定年後の男性は急激に悪くなることが多い。なかなか十分に指導ができていない現状がある。</li> <li>行政：口腔体操や口腔機能チェックの実施等の実施状況を共有。教室参加者について、男女間に差があったり、事業を実施しても、歯科をテーマにすると人が集まらない。→講師からの助言：口腔機能低下に気づいたタイミングで支援できるとよい。</li> </ul>

アンケート結果	<p><b>【結果】</b> 回答数：10名 回収率：90.9%(保健所職員7名を除く)</p> <p><b>【感想や参考になったこと】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>歯科医師：口腔機能検査の目安。無関心を無視してはいけないこと。予防に力を入れる。</li> <li>歯科衛生士：ポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチを相互に取り組んでいく。無関心な方を特に気につけないといけない。</li> <li>保健師：高齢者へのアプローチの重要性について。口腔機能低下の背景等を知れたこと。</li> <li>管理栄養士：いかに早く気付くかが大切。</li> </ul> <p><b>【業務などで活用できること】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>歯科医師：TBI(歯みがき指導)と絡めて指導する。</li> <li>歯科衛生士：市独自のパンフレットの作成。健康教育(フレイルの講話内容に導入)。</li> <li>保健師：口腔機能低下した方への指導内容の見直し。一体的実施のポピュレーションアプローチへの導入。ポピュレーションアプローチによる無関心層へのアプローチについて。</li> <li>管理栄養士：本人の気づきについて、ナッジを利用して理解してもらうこと。</li> </ul> <p><b>【高齢者の機能低下予防について必要と思われること、御意見等】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>歯科医師：食事の内容と調理の方法の指導。市の保健事業等との連携。周知啓発。</li> <li>歯科衛生士：フレイルとあわせて周知啓発。</li> <li>保健師：歯科医師会との共通認識や連携。オーラルフレイルの認知度向上。</li> <li>管理栄養士：歯科医師、歯科衛生士との対話。</li> </ul>
---------	---

**4 まとめ**

高齢者の口腔機能低下予防対策の重要性について、受講していただいた保健、医療、介護関係者の共通理解に繋がったと考えられるが、取組については、各市町村や関係機関での温度差がある。また、当医療圏は県内一高齢化率が高い状況である。

そのため、当医療圏における更なる普及啓発に努めるとともに、住民への啓発強化等地域での推進に向け検討できる場を設定する等、継続してオーラルフレイル対策及びフレイル対策に取り組んでいく必要がある。