

表 2 介護予防事業（地域支援事業）の例

事業の種類	対象者	主な担当職種	実施場所	事業内容	目標設定 評価期間	
介護予防一般高齢者施策	全ての高齢者	歯科衛生士 保健師 言語聴覚士 等		○口腔機能向上に関する普及啓発活動等	○口腔機能向上に関する推進委員会等の設置 ○講演会等による健康教育 ・口腔機能向上の教育 ・口腔機能向上に関するパンフレットの作成、配布 ○相談窓口の設置 ○口腔機能向上におけるボランティア等の人材育成	1年に1回
介護予防特定高齢者施策	口腔機能の低下のおそれがある高齢者	歯科衛生士 保健師 看護師 言語聴覚士 等	市町村保健センター、公民館等 （委託する場合は、民間事業所等） （通所が困難な事例については、適宜、訪問により実施）	①事前アセスメント ②個別サービス計画の立案 ③個別サービス計画の説明と同意 ④サービスの提供 ⑤事後アセスメント ⑥地域包括支援センターへの報告	○利用者の口腔内の状態、改善目標を把握 ○個々の特性を踏まえた個別サービス計画の策定 ※サービス担当者による「専門的事業」、本人が行う「セルフケアプログラム」を立案 ○個別サービス計画を説明し、同意により個別サービス計画を決定 ○目標の達成度合、口腔内の状態の変化等の評価 ○目標の達成度合、口腔内の状態の変化等の報告	3月に1回

表3 予防給付対象者および介護給付対象者への口腔機能向上サービスの例

実施場所	対象者	担当職種	実施内容	実施期間
<p>介護予防通所 介護事業所</p> <p>(介護給付においては、 通所介護事業所)</p>	<p>要支援1または 2の高齢者で口 腔機能の低下し ている者又はそ のおそれのある 者</p>	<p>専門職種 (歯科衛生士 看護師 言語聴覚士)</p>	<p>① 事前アセスメント ○利用者の口腔の状況把握 (機能と清掃状況)</p> <p>② 口腔機能向上の指導管理計画作成</p> <p>③ サービス担当者会議開催 出席者</p> <p>④ 本人又は家族の同意 → 本人又は家族が口腔機能向上サービスに同意した 旨を記録に記載する</p>	<p>サービス実施前に行う</p>
<p>介護予防通所リハビリ テーション事業所</p> <p>(介護給付においては、 通所リハビリテーシ ョン事業所)</p>	<p>(介護給付にお いては、要介護1 ～5の高齢者で 口腔機能の低下 している者又は そのおそれのある 者)</p>	<p>関連職種 (介護職)</p>	<p>⑤ サービスの提供開始</p> <p>⑥ 改善状態等の把握 → 関連職種が適宜行う</p> <p>⑦ モニタリング → 専門職種が月1回行う</p> <p>⑧ 事後アセスメント → 専門職種が目標の達成および 口腔清掃状況を把握</p> <p>⑨ 報告 → 担当ケアマネジャーおよび地域包括支援センター に報告</p>	<p>サービス開始月</p> <p>3か月ごとの評価の結果、 口腔機能向上の効果が期待 できると認められる者につ いては、継続的に口腔機能 向上サービスを提供する</p> <p>事後アセスメントから サービスを継続または 終了する</p>

3. 具体的な取組内容

3.1. 介護予防一般高齢者施策

3.1.1. 目的

口腔機能向上のための介護予防一般高齢者施策は、地域に在住する65歳以上のすべての高齢者を対象として、介護予防に資する口腔機能向上事業を通じて生涯にわたって自己の実現をめざすことを支援し、あわせて高齢者が活動的に社会への参画が図られるような「地域づくり・まちづくり」を目指すものである。

3.1.2. 口腔機能向上普及啓発事業

1) 関係者・関係団体等からの理解と協力体制の確保

介護予防としての口腔機能向上プログラムについては、高齢者を含む一般住民にその意義や内容などがほとんど理解されていない現状にあることから、関係専門職団体、地区社会福祉協議会、民生委員、老人クラブ等の地域高齢者団体、その他関連の会議等の場を活用し、口腔機能向上関連の意義・内容・効果等について十分に情報提供し、地域における啓発普及の協力体制を確保する必要がある。

2) 講演会・キャンペーン等による周知教育活動

一般高齢者や保健福祉関係者、介護保険事業者等を対象に、加齢に伴う口腔機能の低下を予防し改善するプログラムの意義・方法・効果について、以下のような内容を含み、参加者が日々の生活や事業の中で具体的な行動に結びつくような講演会やキャンペーン活動を企画し実施する。

- ・ 口腔機能向上に関するクイズ、実習、体験教育などの工夫
- ・ パンフレットの作成・配布、ビデオ等の視聴覚媒体の活用

3) 口腔機能向上セルフケア資源の整備

平素、一般の高齢者が日常生活の中で実践できるセルフケアとしての口腔機能向上プログラムを浸透させるには、健康教育活動のみならず、工夫し自己管理用の「口腔機能自己チェックシート」(図1)を盛り込んだりするなど、口腔機能向上の一般高齢者施策にかかるセルフケアの環境整備が有効である。

図1 口腔機能自己チェックシート

①から⑪まであてはまる方に○をつけて下さい。

- | | | |
|----------------------------------|--------------|----------|
| ①固いものが食べにくいですか | 1. はい | 2. いいえ |
| ②お茶や汁物等でむせることがありますか | 1. はい | 2. いいえ |
| ③口がかわきやすいですか | 1. はい | 2. いいえ |
| ④薬が飲み込みにくくなりましたか | 1. はい | 2. いいえ |
| ⑤話すときに舌がひっかかりませんか | 1. はい | 2. いいえ |
| ⑥口臭が気になりますか。 | 1. はい | 2. いいえ |
| ⑦食事にかかる時間は長くなりましたか | 1. はい | 2. いいえ |
| ⑧薄味がわかりにくくなりましたか | 1. はい | 2. いいえ |
| ⑨食べこぼしがありますか | 1. はい | 2. いいえ |
| ⑩食後に口の中に食べ物が残りやすいですか | 1. はい | 2. いいえ |
| ⑪自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりとかみしめられますか | | |
| 1 a. どちらもできない | 1 b. 片方だけできる | 2. 両方できる |

(1、1a、1b)のいずれかがある場合は口腔機能低下の可能性が高く、注意が必要です。

3.2. 介護予防特定高齢者施策

3.2.1. 目的

介護予防特定高齢者施策における口腔機能向上事業は、特定高齢者把握事業の生活機能評価により口腔機能が低下しているおそれがあり、要介護認定を受けていない高齢者（特定高齢者）を対象として、口腔機能の改善や向上など介護予防に資する事業を通じて、要支援・要介護状態に陥らないよう、自分らしい生活の確立と自己実現を支援するものである。

3.2.2. 介護予防特定高齢者施策における口腔機能向上事業の内容

1) 口腔機能向上の必要性についての教育

当該事業への積極的な参加を図るためには、おいしく食べて、楽しく話し、よく笑うなどの基になる口腔機能を維持・向上させる必要があること、高齢者に理解しやすいように、分かりやすい図表やビデオ（DVD）、実際の体験者の事例なども交えて説明し、十分な理解を得る必要がある。とくに、口腔機能が加齢と共に徐々に低下しており、本プログラムの日々の積み重ねにより、その機能の維持・向上に一定の効果を果たし、それが生活の質（QOL）や日常生活行為（ADL）の向上、ひいては介護の予防や個々人が目指すよりよい生活の実現につながることを理解を深める。

2) 口腔清掃の自立支援（摂食・嚥下機能を支えるための口腔清掃）

口腔を清潔に保つ習慣は口腔疾患を予防するのみならず、高齢期には心身への生活の刺激ともなる上、インフルエンザ等の気道からの感染を防ぐ効果が大きい⁸⁾。また、口腔清掃が咳や嚥下の反射機能などの口腔機能を向上する効果もある。これらを踏まえ、日常的な口腔清掃の意義と必要性について分かりやすく説明し、集団での動議づけや習慣づけを交えながら、ややもすると衰えがちな口腔清掃習慣のモチベーションを高める。また、口腔を清潔に保つことは、安全な摂食・嚥下機能等の向上支援のためのプログラムを安全に実施する上でも必要になる。

3) 摂食・嚥下機能等の向上支援（咀嚼訓練、嚥下訓練、構音・発声訓練、呼吸訓練）

咀嚼・嚥下機能等の向上支援とは、一つには参加者自らが主体的に口唇や頬、歯やのどなどの咀嚼や嚥下の器官の動きを維持し高めていくための直接的な向上訓練であり、それは咀嚼や嚥下のみならず呼吸や発声や顔の表情なども担う器官の関連機能への向上訓練でもある。

もう一つは個々の参加者の摂食・嚥下等の低下の現状をふまえ、食事の時の姿勢や適切な食具の選択など、その機能を十分発揮し向上できるような環境面への間接的な援助や指導助言を実施することである。担当者は、以下の摂食・嚥下機能等の基本的な知識を学んだ上で、参加者がそれらの機能向上訓練等を、セルフケアとして日常生活の場で継続実施できるようプログラムを実施する。

- ・ 加齢にともない低下する摂食・嚥下機能のメカニズム
- ・ 摂食・嚥下機能の低下により生じやすいムセや誤嚥・窒息あるいは肺炎
- ・ 摂食・嚥下機能の低下と食事環境との関連とその改善策

3.2.3. 介護予防特定高齢者施策の流れ(図2)

1) 特定高齢者の把握 <特定高齢者把握事業>

市町村は、保健・医療・福祉及びその他の関係部門が連携し、要支援・要介護状態となる可能性の高いと考えられる高齢者（特定高齢者）の実態を把握に努めることが重要である。具体的には、市町村の関係部局、関係機関との連携により、高齢者医療確保法等における健康診査と併せて生活機能評価を実施したり、関係機関からの連絡を受けることにより特定高齢者を把握しやすくなる。また要介護認定において非該当となった者については、特定高齢者の候補者として取扱うこととされたため、サービスを希望する非該当者に対して、介護予防特定高齢者施策による介護予防サービスを提供することができる可能性がある。なお、この際、ハイリスク者に対し適宜適切にアプローチすることや介護予防一般高齢者施策による普及啓発とタイアップすることなども重要である。