

自分でできるお口の気付き



「口腔観察シート」をやってみましょう。

■ ご家族の方や身近な方がチェックすることもできます。(該当項目に○)

実施日 年 月 日

観察項目	具体例	観察の結果	
		ない	ある
A 口臭がある	<ul style="list-style-type: none"> 吐く息が臭う 話をするとき臭いがする? 		
B 食事時間がかかる	<ul style="list-style-type: none"> 食事を食べ終わるのに30分以上かかる 		
C 口腔乾燥がある	<ul style="list-style-type: none"> くちびるが乾いている 舌が乾燥している 		
D 言葉が不明瞭	<ul style="list-style-type: none"> 言葉がはっきりと聞き取れないと言われる ろれつが回らない 		
E よだれがよく出る	<ul style="list-style-type: none"> 常に服のあたりが濡れている 何も飲食していない時にむせる 		
F むせることがある	<ul style="list-style-type: none"> 水分を飲むとむせる 食べ物でむせる 何とは言えないが食事中にむせる 		
G 口の中が痛い	<ul style="list-style-type: none"> 歯が痛い 舌が痛い 歯ぐきが痛い 		
「ある」の○の合計			

○の数：0個の方

引き続き日頃からの丁寧な口腔清掃を心がけるとともに、お口の機能低下予防に努めましょう。



オーラルフレイル対策



元気はつらつ!
らくちん体操(口腔体操)



○の数：1個以上の方

かかりつけ歯科医を受診しましょう。また○の数が0個でも気になることがある場合は、かかりつけ歯科医にご相談ください。

在宅ねたきり者訪問歯科診査

市内40歳以上の在宅ねたきりの方で、歯科通院が困難な方を対象に年1回歯科健診を無料で受診いただけます。
問合せ：名古屋市健康福祉局健康増進課(972-2605)

在宅歯科医療・介護連携室

訪問歯科診療に関するご相談等、お電話でお問合せ下さい。
問合せ：在宅歯科医療・介護連携室(619-4188)