

口腔体操業務化への歩み

～利用者様とのコミュニケーション作り～

1

口腔体操業務化への歩み

取組みのきっかけ

- ▶ 以前より 口腔ケア委員会から口腔体操は大切であると言われていたが 3フロアある内で積極的に行っていたのは 1フロアだけだった。
- ▶ 口腔機能維持加算に取り組む(H23. 4月より)
- ▶ 協力歯科医院Dr. より助言をいただきに毎月研修



2

口腔体操業務化への歩み

協力歯科医院Dr. より技術的助言指導

▶ 口腔ケアの基本手順

- ① 口腔摂取されている方
 - ・うがいがご自分で出来る方には声かけをする
 - ・出来ない方には 介助しますうがい → 歯みがき → うがい
- ② 経管栄養の方
 - ジェル → 歯みがき道具の基本は
歯ブラシ→クルリナー→スポンジブラシ

3

口腔体操業務化への歩み

協力歯科医院Dr. より技術的助言指導

▶ 口腔内の異常の見分け方

- ① 汚れがあるかどうか？
 - ・口腔内に食物残渣がないか確認する
- ② 口腔内の状態観察をする
 - ・舌べらの機能が低下していると汚れやすい
 - 舌べらをきれいにすること } 大切なこと
 - 刺激をあたえること
 - ・スプーン、歯ブラシで舌べらを軽く押さえて刺激する
 - ただし、やりすぎに注意！(粘膜を傷つける)

4

口腔体操業務化への歩み

協力歯科医院Dr. より技術的助言指導

- ・口腔内(歯ぐき、舌)、赤くないか 黒くないか 白くないか
 - ・義歯、残存歯、磨き残し、出血、歯肉の腫れ、義歯のかみ合わせ等
 - ・麻痺のある方は麻痺側に汚れが溜まります
- ③ 痰、咳の有無を確認し 異常があればNSに報告する
また、必要な吸引を行う

5

口腔体操業務化への歩み

助言指導で感じたこと

- ▶ 口腔体操の大切さ
 - ① 口腔機能低下を防ぐ
 - ② 食前に覚醒する
 - ③ 食事を摂るための準備運動
 - ④ 唾液をだす
 - ▶ 職員に周知できているのだろうか？
 - ▶ どうして口腔体操が大切なのでしょう？
- ↓
- ▶ それは？ 食事をおいしく食べるためです！

6

口腔体操業務化への歩み

口の中の仕組み

- ▶ 食事は 目で見て、噛んで、飲み込む 自然の働き
- ▶ 口の中で 餅つきのような働きを行っている
- ▶ 必ず飲み込む時には 舌が上顎にあたる
- ▶ 状態が悪かったり マヒがあると舌は上顎に当たらない
- ▶ 義歯の方が義歯なしの場合も同様
- ▶ 義歯が合わなくなったのは 歯ぐきがやせたのではなく 機能低下と精神的負担から

7

口腔体操業務化への歩み

おいしく安全に食べていただくために 機能低下を防ぐことが大切

- ▶ 口腔内の機能低下を防ぐためには？
- ▶ 口腔体操が大切である！！
- ▶ 歌を唄ったり 普段の生活の中で 行えることが とても重要である！



- ▶ このことを委員会に報告して 口腔体操の大切さの呼びかけから始めました。

8

口腔体操業務化への歩み

口腔体操を進めるために

- ▶ 口腔体操の実施率をデータとして記録して スタッフに意識付けをしよう！
- ▶ 7月より「口腔体操実施率」がわかるように 記録用紙を作成する。
- ▶ いきなり利用者様全員の方は大変なため 口腔摂取をされている方のみで実施する

9

口腔体操業務化への歩み

7月の口腔体操の結果は・・・

- ▶ もともと実施しているフロアは65%の実施率でした。
- ▶ 他のフロアはどちらも25%と低かった。
- ▶ できなかった理由は？

10

口腔体操業務化への歩み

どうしたら 実施率を上げる事ができるのだろうか・・・

- ▶ 業務多忙
- ▶ チェック表への記入もれがないように
- ▶ スタッフへの呼びかけ

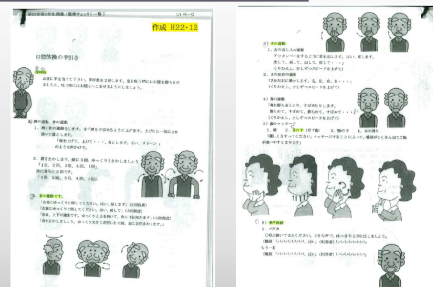
口腔委員会の会議で話し合いをしました

- ▶ 実施率(参加率)のデータを基に話し合う
- ▶ 口腔体操のやり方がわからない
- ▶ 口腔体操の手引きを作成したら

11

口腔体操業務化への歩み

口腔体操の手引きを作成しよう



12

口腔体操業務化への歩み

手順のやり方を表示してから わかりやすいよ



13

口腔体操業務化への歩み

いざ作成したが...

- ▶ 手引きを見ての体操では 職員も顔を下げってしまう
- ▶ 手引きを持ちながらの体操では 利用者の表情が わかりづらい.....

とのことで...

- ▶ 利用者様の表情を確認するには
- ▶ 口腔体操の手順を画紙や模造紙に書いて 口腔体操を行う場所に貼ろう

14

口腔体操業務化への歩み

時間がない時にでも 必ず実施するものを決めた

深呼吸 ➡ 首の運動 ➡ 舌の運動 ➡ 顔のマッサージ
➡ 発声訓練(バタやあいうえお、早口言葉) ➡
たこサメ体操 ➡ ブクブク体操 ➡ 深呼吸

職員から

- ▶ 「どうやったらいいのかわかるようになった」
- ▶ 「口腔体操が やりやすくなった」

15

口腔体操業務化への歩み

12月の実施率が上がってきた

- ▶ 1月になり 職員より 「口腔体操が 業務の一環となったらいいね」という声のでて 業務として 試行的に取り組む

16

口腔体操業務化への歩み

現場発信

- ▶ 職員よりの声を受け 業務化への取組みを検討する

検討事項

- ▶ 業務多忙の中で.....
- ▶ どの時間帯で行なうのか
- ▶ だれが行っていくのか
- ▶ どのようなことを行うのか

17

口腔体操業務化への歩み

業務化決定

- ▶ 検討を重ね 現場責任者より稟議が出される
- ▶ 口腔体操業務化の手順を添付する
- ▶ 施設長が正式に決済をする
- ▶ 2月1日より 口腔体操を業務の一環として取り入れる
- ▶ 施設長より業務化に伴い 各職種の職員に 意識の徹底を図るよう指示を受ける

18

平成22年度 口腔体操手順書			
各フロアにおける実施の概要			
実施時間	二階 梅郷	三階 龍ヶ崎	四階 山吹
10:45~	① トイレ清掃	① トイレ清掃	① トイレ清掃、環境整備、ご利用者状態観察
10:50~11:00	① 口腔体操の準備(早番者のシート設置等)	① 口腔体操の準備(早番者が席を、遅1は掃除等)	① 口腔体操の準備(早番者、掃除等)
11:00~11:30	② 口腔体操の実施	② 口腔体操の実施	② 口腔体操の実施
11:30~11:45	③ 口腔体操の片付け	③ 口腔体操の片付け	③ エレベーター前までフロアの片付け
11:45~	④ トイレ清掃	④ トイレ清掃	④ トイレ清掃

※この口腔体操の流しは、各フロアで取組む実施手順です。実施の日によって若干の内容変更があります。

制定 2011.02.1

19

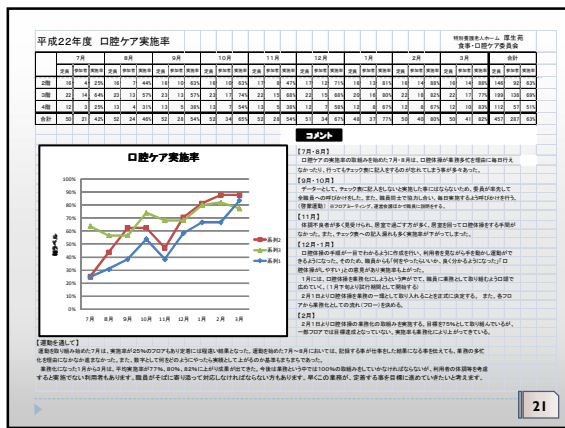
口腔体操業務化への歩み

手順

- ▶ 各フロアとも 屋食前の時間帯の利用
- ▶ 15分程早目に離床していただく
- ▶ 担当は 早番や日勤等で1人~2人で行う

- ▶ できない場合には 屋食前にこだわらず 余裕がある時間帯に実施する
- ▶ 7月から口腔体操を始めて……
- ▶ ご利用者の変化について

20



口腔体操業務化への歩み

事例1. 利用者情報

- ▶ 名前：A S 様(女性)、93歳
- ▶ 介護度4、車椅子(自力移動)、義歯、残歯なし、日常生活自立度Ⅲa

- ▶ 普段は仕事好きで 口腔体操の時間もタオル巻きを行っていた。人の輪には長く居れず すぐに自分のテーブルに戻ってしまう方でした。

22

口腔体操業務化への歩み

事例1. 利用者の変化

- ▶ 職員と1対1で行なうようにして参加する。
- ▶ 参加が続くようになり ラジオ体操、口腔体操への参加のために 自分から進んでリビングに入ってくるようになった
- ▶ 他のご利用者の輪に長く居れるようになった
- ▶ 口を触られるのを嫌がっていたが スキンシップをしていくうちに 職員がマッサージをしても怒らなくなった
- ▶ そのうち、職員の真似をしてご自分でできるようになった
- ▶ いまでは ご利用者自ら進んで積極的に参加している

23

口腔体操業務化への歩み

事例2. 利用者情報

- ▶ 名前：O N 様(女性)、84歳
- ▶ 介護度3、車椅子(自力移動)、義歯、残歯なし、アルツハイマー型認知症、日常生活自立度Ⅲa

- ▶ もともと発語少なく、自分からしゃべることは少ない
- ▶ 唾液流出多く、ムセが多くみられる方

24

事例2. 利用者の変化

- ▶ 以前は 歌を唄っていることはなかったが
現在では ご自分の好きな歌を口ずさむことが多くなった



事例3. 利用者情報

- ▶ 名前：SS 様(女性)、94歳
- ▶ 介護度2、車椅子(自力移動)、義歯上のみ、残歯なし
- ▶ 日常生活自立度Ⅱb

- ▶ 一人でいることが多く 日によっては日中より帰宅要求がある
- ▶ 他の利用者との口論も多く 耳が遠く 恥ずかしがり屋であり 何かの行事参加への誘いをしても 笑ってごまかすことがある

事例3. 利用者の変化

- ▶ 普段通りの声かけだと 笑ってごまかされてしまい 参加されることはなかった
- ▶ 声かけの仕方を変えて、「美人になるよ!」「しわが延びるよ!」と声かける「そお!？」と言って、口腔体操を行ってくれた
- ▶ ご本人耳が遠いが 歌も職員が隣で唄うと一緒に唄って下さり 終了してからも一人で口ずさむことが多くなった
- ▶ 現在では ご自分の決まった場所に着くようになられた

その他のご利用者の変化

～職員アンケートより～

- ▶ 早口言葉を言っていたらご利用者全員が一生懸命に取り組み 笑顔が多く見られるようになった
- ▶ 口腔体操以外でも 一人で歌を口ずさむ方が増えた
- ▶ 食事の際 口開きが良くなったと感じる
- ▶ 舌べら(アツカンペー)の体操をすることで 舌の汚れが観察できる

職員の变化

～職員アンケートより～

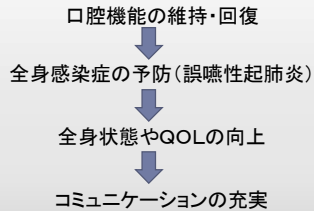
- ▶ 業務化することにより 全職員が口腔体操に取り組むことができる
- ▶ 大勢の前で 職員が声を出せるようになった
- ▶ 口腔体操の主旨も理解され 意識の向上が図れた

業務化になりましたが、それについて・・・?

～職員アンケートより～

- ▶ ご利用者も楽しんで行っている
- ▶ 業務化になったので 時間がない時でも少しの時間を使って行い 毎日継続ができて良かった
- ▶ フロアから歌や笑い声が聞こえて 明るくなった
- ▶ 毎日継続しているため 誤嚥性肺炎になりにくくなっていると思う

まとめ



2月からの口腔体操業務化に伴う実績

- ▶ 平均実施率の推移
- ▶ 二階フロア 7月25% ➡ 2月88%、3月88%
- ▶ 三階フロア 7月64% ➡ 2月82%、3月77%
- ▶ 四階フロア 7月25% ➡ 2月67%、3月83%

と実施率が上がり 成果が現れた

今後の課題

- ▶ 職員一人に対して利用者が複数名になる時は 他の職員も補佐し 2、3人の職員で盛り上げて 口腔体操の時間を楽しく過ごしていただく
- ▶ 口腔体操の内容に変化をつけたい (マンネリ化の防止)
- ▶ 介助が必要な方への対応
- ▶ 経管の方への取組み



最後に

- ▶ ご利用者の笑顔と職員の笑顔が溢れるように楽しんでいただく 有意義な時間づくりをしていきたい
- ▶ 今後は業務の一環であるので 100%に近づく定着化が当たり前であり 口腔体操の実施が 朝 顔を洗ったり 歯を磨くように 当たり前の業務となり ご利用者の皆さんが明るい笑顔で 生き生きとした生活ができるよう 努力していききたいと思います。

ご清聴
ありがとうございました

特別養護老人ホーム 厚生苑
介護職員：渡辺慶乃、鈴木希、佐藤実久

2011/6/30