

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です！

毎年6月4日は「6(む)4(し)」の語呂合わせで「虫歯予防デー」、6月4日から10日までの1週間は「歯と口の健康週間」とされています。

ご存知ですか？



令和4年の厚生労働省の調べによると、日本は男性の平均寿命が81.05歳、女性が87.09歳で世界トップクラスの長寿国ですが、歯の平均寿命は約50～60年と言われ、人間の寿命よりも20～30年近く短いことが分かります。

しかし、日頃から歯磨きなどの口腔ケアをしっかりと行って予防していれば、歯の寿命を延ばすことができます。年をとっても自分の歯で美味しく食べて笑って過ごせるように、今から定期的な歯科医院の受診や口腔ケアを始めてみましょう。

美浜町版口腔観察シートでチェックしてみましょう

本町では、お口の機能維持・向上のため、ご本人だけでなく、ご家族やその周りで支える多職種の皆さまがお口の状態に关心を持ち、必要に応じて歯科受診に繋げていただききっかけとして、「美浜町版口腔観察シート」を作成しました。

ご活用いただき、あなたのお口について、気になる点がないかチェックしてみてください。

もし気になる項目があれば、かかりつけ歯科医やお近くの歯科医療機関に相談してみてください。

最近もしくは以前と比べて…

- ・口臭が気になる
 - ・言葉が不明瞭
 - ・むせることがある など

こんなことが気になるときにシートを使ってお口の状態をチェックしてみてください。



● 美浜町版口腔観察シートの使い方		
① 口腔チェック		
□ 口腔チェック 口腔観察シートによって利用者の口腔状態をチェックしましょう！		
□ 対応欄		
観察項目	観察される原因	
A 口臭がある	口内の清潔不良 歯周炎、むし歯 歯茎の清潔不良	
B 食事時間がかかる	唾液の分泌不足 高齢または病気の無い 場合からうらしている 唾液の分泌が多い 唾下機能の低下	
C 口腔乾燥がある	唾液の分泌が多い 脱水症がある	
D 歯茎が不規則	やわらかの歯茎が多い やわらかに感じる 唾下機能の低下	
E よだれがよく出る	唾液の分泌不足 唾下機能の低下	
F むせることがある	唾下機能の低下 唾液の減少	
G 口が开けきつい	歯周炎、むし歯、口内炎 歯茎の白いところ 口の開閉に困るところ	
想定される歯科疾患・口腔ケア		
むし歯や歯周病の治療		
口腔ケア		
むし歯や歯周病の治療		
口腔ケア		
口腔機能向上トレーニング		
口腔内の薬剤投与		
食事指導の実施		
唾液腺マッサージ		
食事指導の実施		
口腔ケア		
医療機関への紹介		
口腔機能向上トレーニング		
食事指導の実施		
医療機関への紹介		
むし歯や歯周病の治療		
口腔調整		
口腔内の薬剤投与		

実際に使ってみましょう！

①口腔チック

口腔観察シートに沿って順番に口腔状態をチェックしましょう。

② 対応確認

チェックが付いた項目や気になることがある場合は、早めに歯科医への相談や口腔ケアを実施しましょう。

配布
場所

福祉課、保健センター 地域包括支援センター



▶ こちらからも
ダウンロード出来ます。

●問合せ 福祉課 内線361・362