

令和2年度出前講座

◆分野 健康

◆テーマ 介護予防における口腔のケア

◆学科 歯科衛生学科 教授 久本 たき子

◇ねらい

お口の機能が向上すると、栄養もしっかりとれ、身体機能が高まってきます。本講座では、お口の機能の重要性を理解して頂き、毎日生き生きと暮らせるような予防対策について一緒に考えていきます。

◇内容

オーラルフレイルや口腔機能低下症を耳にしたことはありますか。超高齢社会になったわが国では、介護予防を強化することにより、軽度者の重度化を防ぐ必要に迫られています。住み慣れた地域（在宅）で健康に暮らすことがますます重要になってきました。介護予防サービスは、主に口腔機能の向上、栄養改善、運動器の機能向上等があげられます。誰もが迎える高齢期において、お口の機能の維持・向上は、生きることへつながります。本講座では、高齢期の口腔内の現状を理解して頂き、お口の機能の維持・向上をするための簡単なお口のトレーニングを行い、食育支援につながる講座にしたいと考えています。

準備物：プロジェクター スクリーン

◇出講可能な時間帯

前期（4月～7月）：火曜日

後期（10月～1月）：金曜日

※なお、この時期・時間帯以外でのご依頼の場合には生涯学習係りまでお問い合わせ下さい。

◇講師プロフィール

1) 専門分野・・・・・・歯科衛生、高齢者福祉

2) 主な担当科目・・・ 摂食嚥下リハビリテーション学 高齢者・障がい者歯科学 栄養生化学

3) 一言メッセージ・・・お口の健康から全身の健康をめざし、毎日が活力ある暮らしになるお手伝いをさせて頂きます。