

地域包括ケアに携わる多職種合同研修会 兼 第57回北空知介護支援専門員連絡協議会研修会

～ 「顔の見える関係」から「多職種協働」、そして「チーム北空知」へ～ 「第2回ケア・カフェきたそらち～お口の話～」開催報告

- ・日時 令和元年9月20日（金）18:00～21:30 研修会 18:00～ 交流会 20:10～
- ・場所 ラ・カンパニューホテル深川 研修会：2階 青雲の間 交流会：1階 有明の間
- ・主催 北空知地域医療介護確保推進協議会 北空知介護支援専門員連絡協議会
- ・参加者 91名（事前申込者100名 欠席11名、当日受付2名） 交流会32名
（市町別：深川市63名、妹背牛町7名、秩父別町2名、北竜町7名、沼田町12名）
（職種別：看護職16名、介護支援専門員20名、保健師9名、ヘルパー9名、リハビリ職6名、
管理栄養士5名、MSW・SW・相談員5名、事務職4名、薬剤師4名、歯科衛生士4名、
歯科医師3名、医師2名、その他4名）
- ・目的 北空知における地域包括ケアシステムの構築を目指して、地域の保健・医療・介護・福祉の関係機関・施設・事業所等において、患者や利用者、地域住民の支援に関わる多職種の関係職員が一堂に会し、互いの役割を確認・共有し、切れ目のない支援・サービスが提供される多職種連携の関係づくりを構築するための研修機会とする。



仕事帰りの参加者が続々集まり、初参加の方は自由席に戸惑いながらも着席、91名に。欠席も多く用意した22卓から21卓に落ち着きました。

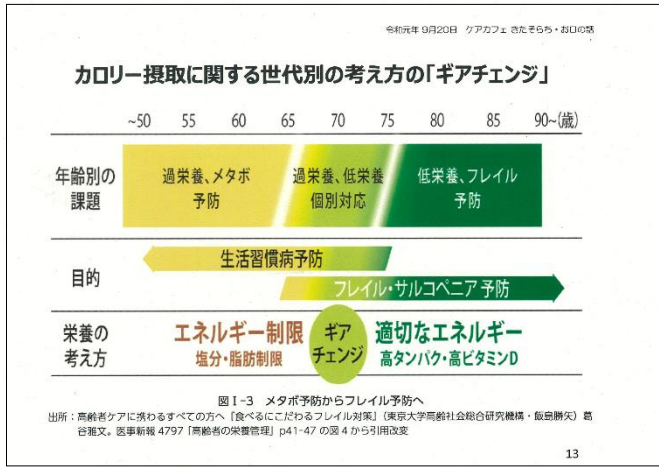


新居センター長と薬剤師会の中澤さんから
お菓子の差し入れが沢山ありました。





- 第2回研修会は、北空知介護支援専門員連絡協議会の第57回研修会を兼ね、「お口の話」をテーマに開催。会場は、経営者が代わり、本年6月にオープンした「ラ・カンパニーホテル深川（旧プラザホテル板倉）」で開催しました。
- 話題提供は、北空知歯科医会副会長で、北空知介護支援専門員連絡協議会会長でもある、中神さんからお話をいただきました。
- 中神さんは、人は誰でも心身が低下する。坂道の中間に筋力や心身の活力が低下する「フレイル（虚弱）」と呼ばれる段階があり、適切な介入を継続すれば健康な状態に戻すこともでき、早めに気づいて予防することが重要であると指摘。
- 中年期の「メタボ予防」から高齢期の「フレイル予防」へ、カロリー摂取の考え方をギアチェンジする必要がある。「しっかりかんでしっかり食べる」ことは生きる原点。ささいな口の衰えが全身に大きな影響を及ぼすことを理解し、普段の生活の中に継続性のある対策を取り入れてほしいと、変化のキャッチと予防の重要性をお話いただきました。



令和元年9月20日 クアカフェ きたそらち・お口の話

小さな変化を見つめる

食事時間・食べ方の変化	食事内容・好みの変化	むせる	小さな変化を見逃さない
咳が出る	咽喉違和感・食物残留感	声の変化	
痰の量の増加	食欲の低下	やせ・体重の変化	

滑舌が悪くなった
食べこぼしが増えた
噛めない食品が増えた

令和元年9月20日 クアカフェ きたそらち・お口の話

「カニや白えび」の関係

かに やし ろ え び

環境 認知機能 薬剤 心理 老化 栄養 病気

「カニや白えび」の関係

参考書 ①「認知症予防」(東洋館出版) 6月号 掲載
参考書 ②「Do 歯食・噛アセター」(デンタルダイヤモンド) 6月号 掲載
参考書 ③ 月刊「大塚製薬」6月号 掲載

16

令和元年9月20日 クアカフェ きたそらち・お口の話

オーラルフレイルに対する対応

原因	対応
口腔の器質的障害	歯科受診 口腔ケア 唾液腺マッサージ
嚥下関連筋の筋力低下	健口体操 バタカラ体操 喉頭挙上訓練
知覚・神経の鈍麻	口腔ケア 知覚の賦活化

地域保健事業・介護予防による対応



ケア・カフェは、カフェマスターの礪さん(左)と、サブマスターの足田さん(右)のコンビ、絶妙な進行でした



お2人の掛け合いによる進行は、引かれる？場面もありましたが、参加者から「カフェマスターが素朴で良かったです」「司会者2人の話の進め方が楽しかったです」との感想



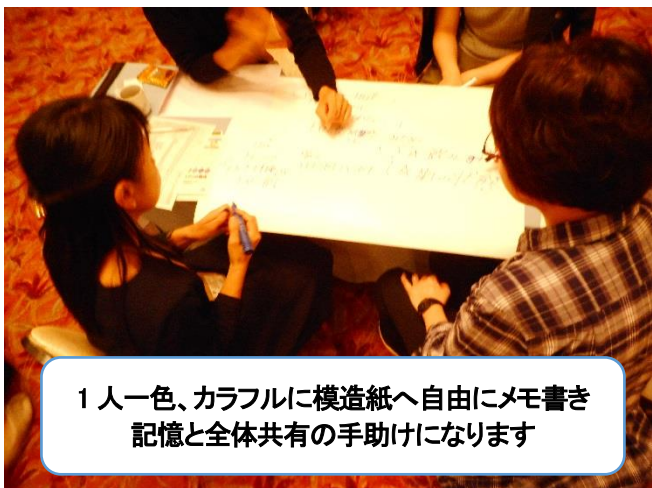
GWは各テーブル4人、21グループで実施



今回も楽しく賑やかなグループワークになりました



Chart1 終了、一斉に席替える参加者、次はどこに？



1人一色、カラフルに模造紙へ自由にメモ書き記憶と全体共有の手助けになります

アンケートから

- ・最初は緊張しましたがとても楽しかった。
- ・皆でなんでも率直に話し合えたところが良かった
- ・現場の話や知らなかった知識(入れ歯洗浄剤)を得られた。
- ・色々な業種の人と話ができて、色々な人々の交流が楽しかった。
- ・話がはずみました。面白い情報を得ることができました。
- ・名前は知っていても話すのが初めてという人とお話しできた。
- ・歯関係の方とお話ができ、ためになることができました。
- ・苦労があると共有できたこと、また明日から頑張ろうと思えた。
- ・自分では思いもしなかった意見が聞いて良かった、有意義であった
- ・自分の職種では知ることがなかった情報を聞くことができた。
- ・知らなかったことがたくさん知っている知識に変わった。
- ・義歯洗浄(総義歯・部分義歯)について、施設に広めたいと感じました。
- ・口腔体操を続ける。何もなくても定期健診に行く。義歯洗浄剤の使い分け。
- ・歯を大切にすることは健康で長生きするのにつながるということ。できるだけ自分の歯で!
- ・歯科についても相談が大切という意見があった。小児期はあるのに、なぜ大人になるとないのか、言われればそのとおりと感じた。
- ・職種が違くと目線が違い、本当に気づかされることがたくさんあった。正直、仕方なく参加したが、参加して良かった。
- ・正しい舌ブラシの使用・洗浄剤や口腔ケアについて新しい学びがあった。



全体共有では、6つのグループからグループワークの様子が紹介されました



歯ブラシ選びに音波式電動歯ブラシを推奨する定岡さん



～全体共有から～

- きざみ食の話と、マウスピースをして寝ることで、顎関節症を治療する話をした。
- 入れ歯がきちんと洗浄されていない話が出て、部分入れ歯と総入れ歯の洗浄液が違うこと、間違えると金属が解けるとの話となった。
- インプラントは1本10万以上する。そうなる前に定期的に歯科に行こう、保育園でもお昼に歯磨きをしてほしい、毎月8日は歯ブラシを交換する日、歯磨きはいつするのがいいのか、などの話をした。
- 手磨きでも正しくできれば問題ないが、歯ブラシの推奨は電動歯ブラシ、18,000円位して、ヘッドも交換が必要だが効果的、可能であれば買っていただいて使うことを勧めたい。
- 歯磨きと同様に、ベロを磨くことも必要。歯がなくてもトンカツを食べられるのか、歯を残すことが重要などの話になった。
- 歯医者さんの訪問治療ができるよう、歯科訪問の専用車ができないかとの話になった。

～参加者の声から～

- 運営の皆様お疲れ様でした参加できてよかったです。ありがとうございました。
- お菓子をくれた皆様ごちそうさまでした。



MVS 賞は「部分入れ歯と総入れ歯の洗浄の違い」の話をした高橋さんと、「訪問歯科専用車の開発」の話をした宮吉さんに決定



MVS 賞受賞者には大谷内賞(ケア・カフェールペン)と中神賞(口腔ケアグッズ)が贈呈



閉会挨拶する北空知介護支援専門員連絡協議会の菅野副会長



飲みニケーション交歓（交流会）には32名が参加、コーディネーターの高橋さん（左の写真）の楽しい進行で、交流が深まりました。



乾杯は高橋コーディネーターから突然指名された妹背牛の定岡歯科院長、今回はチーム定岡4名で参加いただきました。

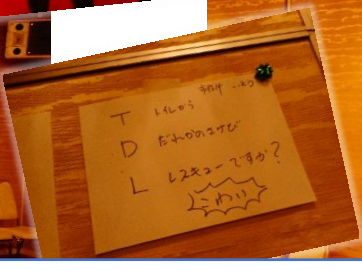
初めてのラ・カンパの料理ポリミーです



交流ゲームは、アルファベット3文字で文章を作る「DAIGO」ゲーム？



お題に見事に答える人、最後まで回答できず頭を抱える人など、回答スピーチもユニークで、楽しい交流の場となりました。



閉会も突然指名された、初参加のがんピアサポーター、齋藤さんが次回の再会を祈念し一発締めでお開きとなりました。次回は1月30日です。