

新田原デイサービス からの「お知らせ」 『お口のカ（舌圧）をチェック！』～オーラルフレイル予防～



みなさん、「オーラルフレイル」という言葉をご存じですか？当デイサービスでは昨年、令和1年11月に「オーラルフレイル」について勉強会を行いました。のべ100名の利用者と一緒に加齢と共にお口が衰えていくこと、お口の衰えは食べることに影響してくること、そしてお口の衰えは予防できること等を学びました。

デイサービスではお口の体操をしたり、発声をしたり、お口の衰えを予防しています。そして定期的にお口の状態を「JMS舌圧測定器」を使って舌圧（舌の運動機能）を測定しています。



コロナ感染予防のため、人と接する機会が減って一緒に会食をしたり、会話をすることが制限されてしまうご時世ですが、利用者のみなさんは舌運動機能を維持しておられる方が多く、関わるスタッフとしてとても嬉しく思います。これからも元気なお口でいつまでも美味しく食べ、楽しく生活していきましょう。

