

機能訓練型デイサービスタシマ尾道 測定と評価

82歳 男性 要介護2

血糖値が高かったご利用者が週に6日デイサービスをご利用いただき…約3か月で血糖値が正常範囲に改善しました!!

2023年5月17日～30日

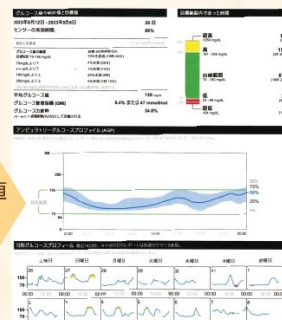


1日の血糖値
正常より高い値

【1週間の血糖値の推移】

黄色い部分は目標値を超えています

2023年8月12日～9月6日



1日の血糖値
目標範囲

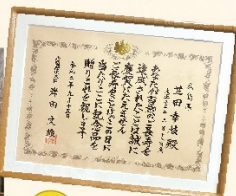
【1週間の血糖値の推移】

黄色い部分は少なく目標範囲内です

機能訓練型デイサービスタシマ尾道 ニュース!!

芝田幸枝様 おめでとうございます!!
内閣総理大臣より 100歳の表彰
を受けられました!!

これからもういっまでもお元気で
一緒に健康寿命を延ばしましょう!!



口と喉を鍛えて寿命をのばす ～機能訓練型デイサービスタシマの取り組み～

口腔機能の役割には

- 食べること (咀嚼・燕下)
- 話すこと (発声・構音)
- 唾液の分泌
- 表情をつくること

などがあります。



引きこもりは口腔機能の低下から?

最近楽しくおしゃべりしていますか? 口腔機能が低下すると…

自分の話したいことが上手く伝わらない

↓
会話をするのが苦手になる

↓
さらに口腔機能の低下を招く

↓
外出して人と会うのが嫌になり家にこもりがちになる

↓
身体的にも精神的にも不活化していく

↓
社会との繋がりが薄れていく

こうした悪循環は実は口や、喉の機能低下からという事はめずらしくありません。だから会話をすることは喉の筋力を維持し口腔機能を保つことに繋がります!



<http://www.tashima.jp>

尾道院

〒722-0037 尾道市西御所町6-13
tel:0848-25-5397

松永院

〒729-0104 福山市松永町5丁目6-11
tel:084-939-6088



<http://hogrel-fitness.jp>

〒722-0037 尾道市西御所町6-11
tel:0848-25-2006



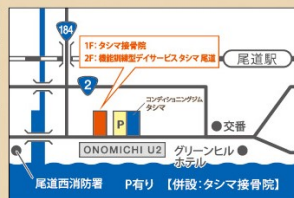
<https://tashima-day.jp>

尾道店

〒722-0037 尾道市西御所町6-13 2階
tel:0848-25-2002

東尾道店

〒729-0141 尾道市高須町584-1
tel:0848-38-2009



気が付かないうちに誤嚥性肺炎になる?

最近よくむせていませんか?

飲み込む力をチェック!

- ☐ 食事中に口の横から食べ物がこぼれることがある
- ☐ 普段むせることがある
- ☐ 痰がからむ
- ☐ 口の中が乾燥している
- ☐ 人とあまりしゃべらない
- ☐ 口呼吸をしている
- ☐ 以前よりも声が小さくなった
- ☐ 猫背になっている

一つでも当てはまったら喉の機能低下が疑われます。

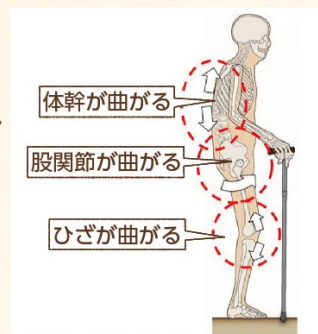
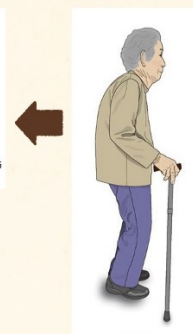
誤嚥性肺炎は気が付かないうちに肺で炎症を繰り返している場合があり、治療が遅れると肺の機能を回復させるのには時間がかかるといわれています。

日本人の死因第6位は誤嚥性肺炎です!!

飲み込みの機能が低下すると…

食事の際や自分のだ液で誤嚥するリスクが高まる
↓
高齢者の場合、誤嚥しても気が付かないことが多い
↓
誤嚥した食べ物やだ液に付いていた細菌が肺で増殖する
↓
免疫力があれば重症にはならないが…
↓
免疫力が低下していた場合は誤嚥性肺炎を引き起こす

口の姿勢とカラダの姿勢の相関関係



姿勢が悪くなると舌が下に下がります。

舌の先が上あごにしっかりつき根元から引き上げられますか?



✕ 先端だけつける



○ 根本から引き上げる

鏡でチェック↑

口を閉じているときも舌がぴったり上にくっついていませんか?



舌が下がっている



適正な舌の位置

口腔機能の低下は口の姿勢にあらわれます!!

口腔機能の維持につながる機能訓練型デイサービスタシマの取り組み

●口腔機能訓練

毎月看護師による口腔機能チェックとアドバイス、機能訓練を行います。

その他のメニューも口腔機能の維持につながるサービスがたくさんあります!



良好な口腔機能は**体の姿勢**とも関係が深く、カラダ全体の姿勢を整えることが口腔機能を維持する事に繋がります。

●集団体操

腹式呼吸や全身の運動を行い筋力や持久力など身体機能の維持を図ります。

口腔機能はカラダの姿勢と密接な関係があるため首の動きや姿勢を整え、誤嚥を予防します。



●ストレッチケア

動的ストレッチマシンでカラダの柔軟性を出し、口腔機能を保つうえで関連が深い姿勢の維持、改善につなげます。



●コミュニケーションタイム

スタッフやご利用者様同士でコミュニケーションをとりながら楽しく会話をされています。笑顔になることも口腔機能を保ちます。

1人暮らしなどで普段話することが少ない方も、ほかの利用者様と交流を続ける事で社会的な繋がりの維持になります。



タシマの全てのサービスが口腔機能の維持に繋がっています!!

話す力と食べる力を維持しましょう

人のカラダは何もしないと加齢とともに徐々に機能が衰えて行きます。

話す力や飲み込む力も同様です!カラダだけでなく口腔機能の維持で健康寿命を延ばしましょう!!

