

お口の健康は？



デイサービスでの取り組み

当デイサービスでは、
口腔機能を意識したグループ体操を実施しています。



口腔機能には こんな働きがあります

■ 嚥下（えんげ） — 飲みこむ力



口や喉の機能を高め、飲みこむタイミングが
整いむせにくくなります。

■ 咀嚼（そしゃく） — 噛む力



噛む力を高めることで、
食べ物を喉へ送りこみやすくなります。

■ 呼吸 — 深呼吸・腹筋・咳払い



腹筋の筋力や強い咳払いにより、
誤嚥性肺炎の予防につながります。

■ 口腔衛生 — 口腔ケア・義歯の管理



口腔内の環境を整え、細菌の増殖を防ぎます。
味覚が保たれ、食欲の向上にもつながります。



いつまでも元気に過ごすために

健康を保つためには栄養が欠かせません。
そして栄養をとるためには口腔機能と口腔内環境
がとても大切です。
体操で機能を維持し、口腔ケアで清潔なお口を保ち、
いつまでもお口からおいしく食べましょう。
デイサービスでは、定期的な口腔機能評価も行っています。
口腔機能の維持と健康づくりをお手伝いします。
お気軽にご相談ください。