

地域包括支援センター (おたっしゃ本舗)



～ 口腔ケアで介護予防 ～

介護予防のために体操やウォーキングで体を動かしたり、脳トレをしたりと、自分なりに取り組んでいる人が多くいらっしゃると思います。そんな介護予防の一つとして、口腔ケアも大切であることをご存じですか？



日々の口腔ケアで

唾液の分泌促進

食事がおいしく食べられる

ごえんせい
誤嚥性肺炎の予防

心筋梗塞や脳梗塞の予防

認知症予防

糖尿病の予防

..... などすべてが介護予防につながります！！！！

★口腔チェックリストで当てはまるものはいくつありますか？★

	質問項目	回答	
1	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。	はい	いいえ
2	お茶や汁物などでむせることがありますか。	はい	いいえ
3	口の渇きが気になりますか。	はい	いいえ

※チェックリストで「はい」と答えた項目が2つ以上あれば、口腔機能向上事業の対象です！

対象の人は、歯科衛生士の訪問指導が受けられます。
(市役所職員や包括職員が同行します)

該当された人は、ご自身の地区のおたっしゃ本舗にご連絡ください！

お知らせ

2月もの忘れ
相談会(要予約)

日時：2月20日(火)
①14時～15時
②15時～16時
場所：小城市役所
別館1階

認知症カフェ・
サロンの開催

オレンジ・カフェ 2月17日(土) 13時30分～15時30分
会場：ゆめぶらっと小城

オレンジ・サロン 2月10日(土) 10時～13時
会場：ひろおか内科・脳神経クリニック
(三日月町)

オレンジ・サロン 2月28日(水) 10時～12時
会場：きらら(三日月町)

問合せ
・
連絡先

小城・三日月地区の人 おたっしゃ本舗小城北(小城市役所別館:旧改善センター内) ☎73・2172
牛津・芦刈地区の人 おたっしゃ本舗小城南(ひまわり内) ☎66・6376
小城市役所 高齢障がい支援課(西館1階) ☎37・6108