

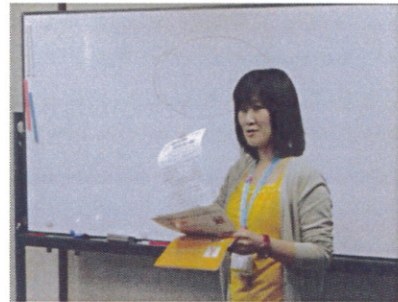
2012年 10月24日(水曜日)

矢田地域包括支援センター主催 勉強会

# 矢田中「認知症予防」と「口腔ケア」

矢田中福祉会館(ひまわり会館)において、地域の方々を対象に『「認知症予防」と「口腔ケア」』の勉強会を開催しました。

東住吉区保健福祉センターの西田保健師から、「認知症予防」について脳の構造をわかりやすく解説いただき、私たちがいろんな人と会話をしたり、好奇心を持っていろんな行事や催しに参加していくことが、脳への刺激になり、活性化されることで、認知症の予防になりますとお話いただきました。



西田保健師の解説

歯科医師会からは、地域で開業されている布出先生より、パワーポイントを使って、口を動かすことは脳への刺激伝達を



布出先生の講演

広範囲につかさどり、そのことによって認知症予防にもつながるとお話いただきました。動画で嚥下障害を起こす様子をレントゲンで映像化されているのを見ましたが、口から



喉へと飲み込んだ時の動きの状態がよくわかりました。自分の口で、歯で(噛み、飲む)食

べることは、栄養の補給と健康維持にとどまらず、楽しく食事ができることで生活が豊かになります。口や舌が滑らかに動かして、顔の筋肉が動くことで脳に伝わり、認知症予防になります。そのためにも口腔ケアは非常に重要であり、単に歯磨きをすればいいのではなく、歯ブラシの使い方や口の手入れについても布出先生から講習いただき、参加されたみなさんも熱心に聞いておられました。

