

リーフレットは
柏市内薬局・薬店に
も置いてあります！

柏市歯科介護予防事業

● 協力歯科医院での飲みこみテスト：無料

協力歯科へ申込み
リーフレットを持参



受付にて質問
症状の聞き取り



5分程度

歯科医師による
飲みこみテスト



30秒の検査

歯科衛生士による
衛生状態の結果



本日の結果

● 健口かむかむ教室

(1回コース)

65歳以上の方なら誰でも受け
られます。歯科介護支援セン
ターへの申込みが必要です。



健康増進に興味のある方から、少し機能低下がある方まで
65歳以上の柏市民であれば全て参加できる介護予防教室です。

こうくうえいせい 口腔衛生と ごえんせいはいえん 誤嚥性肺炎の関係や こうくうきのう 口腔機能低下の早期発見や、
その対処方法についてわかりやすく説明します。

お友達もお誘いになって、ご参加ください！

● 歯っぴいライフ教室

(全6回コース)

少し機能低下のサインがある方
が受けると効果的に改善します



個人リハビリメニューで『楽しみながら機能回復をします』
色々な体操、おしく食べるマッサージや吹き矢大会などを
しながら、**本人のこうありたい意向の支援**をします。

協力歯科医院での『飲みこみテスト』

おいしく食べるレストラン
～健康的な加齢のために～
(3つのチカラを判定します)

おいしく
食べる
チカラ

飲みこむ
チカラ

お口をキレイにする
チカラ

健口
かむかむ星

歯っぴい
ライフ星

口腔
ケア星



口腔ケア★



かむかむ★



歯っぴい★

歯科介護予防とは、地域の65歳以上の方が
今後の人生を楽しく生きるために、地域包括
支援センターが主体となり、色々な団体の協
力にて『いつまでも、おいしく食べながら

ごえんせいはいえん
誤嚥性肺炎を予防していく事業』なんじゃ！



あー、もう少しで3つ星か！
口腔ケア星がもう少しじゃ
歯科衛生士さんに『正しい歯
みがきの仕方』を教わって、
口腔ケアを受けてみようかな

口腔ケアで
肺炎を予防し
ましょう！
口腔ケアは保険
診療となります

わしは、健口かむかむ星も少
し欠けておるな。健口かむか
む教室に行ってみるか！

1回コースの
楽しい教室で
すよ！

歯っぴい星が少し欠けておる
な、どんな教室かな？友達が
受けたんじゃが、なかなかお
もしろい教室と聞いたぞ！

本人のこうあ
りたい意向を
大切にする教
室です。

肺炎は日本人の死因の第4位ですが、後期高齢者になると第1位となります。

インフルエンザや風邪のような外因性肺炎も重要ですが、『飲みこみ力の低下』から起

こる内因性肺炎『ごえんせいはいえん誤嚥性肺炎』が1/3～1/2を占めます。

柏市と(社)柏歯科医師会が、この肺炎予防を地域の協力歯科医院でいつでも無料で
検査できる体制『おいしく安全に食べるまちづくり』を協働事業としてはじめました。

リーフレットを地域に配布(1枚でも)していただける方を募集しています！