



## 看護師から口腔ケアの目的についてのお話



日頃から、歯磨きをされていますか？口には食べ物のカスが残りやすく、温度や湿度が口腔内の細菌にとって住みやすい環境のため、細菌が繁殖しやすくなっています。口腔ケアを行う目的は大きく分けて4つがあげられます。

- ① 口腔内を清潔に保つ：歯周病を始めとする細菌による病気を防ぐことや口臭の改善にもつながります。
- ② 口腔機能の維持、向上：食べるためには、食べ物を口に入れ、噛み、飲み込むといった流れが大切です。しかし、口腔機能が低下するとこの流れが出来にくくなります。口の体操を行うことで口の周りの筋肉や舌の動きが良くなり、唾液も出るようになるので食べ物が飲み込みやすくなります。
- ③ 誤嚥性肺炎の予防
- ④ 口腔乾燥の予防：口腔内が乾燥することで言葉が不明瞭になり、コミュニケーションにも影響を及ぼします。水分補給や口腔粘膜の保湿や口腔リハビリが大切です。 （看護師：原田）

## 臨時総会



3月18日(日)、『理事・監事の選任について』の臨時総会を行い、無事終えることができました。

お忙しい中、ありがとうございました。

なお、定期総会につきましては、5月21日(日)10時より開催いたします。会員の皆様、ご参加くださいます様よろしくお願いたします。

### 災害についての勉強会（青谷ケアセンター）

青谷ケアセンターでは、防災の研修を定期的に行っています。阪神淡路大震災で、日本は災害について、より多くの学びがあり、介護保険事業所も積極的に研修を行う必要があります。いざ、災害が起こったら、チームでどう動くか？等日々考え、行動しています。今年度は、災害について職員が考える機会を幅広くレベルアップするために2月27日に城陽市役所危機対策課三瀬忍氏を招き、青谷地域の災害について勉強会を行いました。職員からは、「勉強会をうけて、よかった。災害について想定していないこともおこりうる、本当に心配」等ありました。今後も非常時災害計画（BCP）をしっかりセンターで取り組み、安心、安全な運営に努めていきます。

（中嶋センター長）



### 夜間想定避難訓練（寺田ケアセンター）

3月8日（水）消防署の方に来ていただき、夜間想定避難訓練をしました。皆さん混乱する事もなく、スムーズに避難できました。水消火器の訓練にも、ご利用者様も積極的に参加していただきました。

