

# 第14回 山口県介護保険研究大会 研究発表募集要領

## 1 研究発表の日時、場所について

(1) 日 時 平成25年11月24日(日) 13時～16時30分(※時間は予定)

(2) 会 場 山口県セミナーパーク(山口市)

※ 発表会場、集合場所・時間、発表時間帯、発表順の詳細は、10月に改めて連絡いたします。

## 2 研究発表者、1事業者(1校)あたりの発表題数の条件について

研究発表者は、山口県内の医療・保健・福祉施設に勤務する方、山口県内の大学・専門学校に所属する方とし、原則として3名以上のグループで研究協議した内容とします。

発表題数は、原則として、1事業者(1校)につき1題としますが、異なる職種(学科)やテーマで1事業者(1校)2題発表される(栄養士と介護福祉士などの)場合は、この限りではありません。(※ご不明な点は、事務局にお問い合わせください。)

なお、事業者(学校)単位では、発表題数を限定いたしますが、山口県介護保険関係団体連絡協議会の構成団体単位では発表題数を限定いたしません。

## 3 研究発表テーマ

研究発表は、次の研究発表テーマ(分科会)で募集します。1つ選択して応募してください。ただし、当日発表する分科会は、発表内容等を検討して大会実行委員会で決定いたしますので、応募と異なる場合があります。

- A. 利用者の活の維持・向上をめざした取組について
- B. 職員の質の向上、スキルアップをめざした取組みについて
- C. 他職種と連携・協働による利用者支援について
- D. 口腔ケア向上と、肺炎予防等のための取組みについて
- E. 利用者の生活を豊かにする在宅ケアの取組みについて
- F. 介護サービスの質の向上をめざした取組みについて

## 4 研究発表時間

1題20分(発表15分+質疑・助言者のコメント5分)を予定しております。

※ 各研究発表会場(分科会)に助言者(学識経験者、医師等)をお願いし、発表についてコメントをいただきます。

## 5 発表者の処遇について

発表者は、研究大会参加費（2,000円）を免除します。また、昼食弁当を配布します。  
※ 研究大会への参加申し込みは必要ありません。

## 6 研究発表の応募について

研究発表の応募は、別紙「第14回 山口県介護保険研究大会 研究発表応募用紙」に必要事項（応募時点での希望する発表テーマ、発表タイトル、発表概要、発表者など）を記入の上、平成25年6月28日（金）までに送付願います。

「研究発表応募用紙」の内容は、「開催要項」にそのまま転載いたします。（「開催要項」は、7月中に作成予定ですので、記入内容に変更がある場合は、速やかに連絡してください。）

なお、「開催要項」を作成した後も発表タイトル、発表者、発表内容の変更は、発表原稿提出の最終締切り〔平成25年10月31日（木）〕まで可能です。原稿提出時には、別途お示しする様式にて確定した発表タイトル、発表概要、発表者などをお知らせいただく予定です。

## 7 原稿の作成について

原稿の作成については、以下の条件に基づき作成いただきますようお願いします。  
※ 別紙、【研究発表原稿のイメージ】を御参照ください。

- ① 原稿は、発表原稿、調査結果等とし、原稿枚数は5ページ以内とします。
- ② 原稿は、パソコンで作成してください。
- ③ 原稿は、A4判用紙を使用してください。
- ④ 余白は、上端、下端、右端、左端をそれぞれ20mmとしてください。
- ⑤ 表題は、16ポイント、ゴシックで入力してください。
- ⑥ 文章は、11ポイント、MS明朝で入力してください。
- ⑦ 文章は、グラフや表も含め、2段組で作成してください。
- ⑧ 文章の始めにキーワードを5つ以内で枠囲いにて御記入ください。
- ⑨ 原稿の最後に引用・参考文献がありましたら御記入ください。
- ⑩ 研究大会資料の印刷は、提出された原稿をそのまま印刷します。

## 8 原稿の提出について

原稿の提出は、7月中旬頃に御連絡いたしますが、次のとおりお願いする予定です。

### （1）提出方法

原稿の提出は、データをメールにて送信していただくか、A4判用紙でプリントアウト

ウトしたものを郵送してください。なお、FAXでの提出は遠慮してください。

## (2) 提出期限

### ① 第1次締め切り（作成途中原稿の提出）

平成25年9月4日（水）

※ 助言者の方に事前に原稿をお渡しするための締め切りです。提出は、作成途中の原稿で構いません。提出された方については、発表内容について助言者より事前に助言を受けられます。

※ 助言は、後日連絡された方法（発表者から助言者へのメール、電話での連絡、もしくは、発表者と助言者との山口市内での打ち合わせなど）で受けることができます。

### ② 最終締め切り（完成原稿の提出）

平成25年10月31日（木）【期限厳守】

※ 資料印刷の都合上、御協力を願います。

## 9 パワーポイントの使用、作成について

研究発表時には、パワーポイントのみ使用できます。使用される場合は、「研究発表応募用紙」にてお知らせください。

なお、パワーポイントを使用される発表者への対応は、次のとおりといたします。

- |   |
|---|
| <p>① パソコンは、主催者にて準備いたします。（持込はできません。）</p> <p>② パソコンの操作は、発表者が行うこととします。</p> <p>（どうしても補助者が必要な場合は、1名まで認めます。<br/>ただし、研究大会に参加申し込みをいただき、参加費が必要となります。<br/>また、昼食についても各自で準備願います。）</p> <p>③ Windowsのみ対応となります。（Macは使用できません。）</p> <p>④ スライドへの音声設定、ムービー設定は対応できません。<br/>（アニメーションは対応できます。）</p> <p>⑤ 大会当日の記録媒体によるデータの持ち込みは、遠慮してください。</p> |
|---|

## 10 パワーポイントデータの提出について

### (1) 提出方法

動作の不具合がないかの確認を行いますので、データを必ずCDに収録の上、送付してください。（メールでは、データ容量により受信できませんので、協力をお願いします。）

## (2) 提出期限

平成25年11月18日(月)【必着】までに提出してください。

※ 提出期限後のデータ差し替えは、11月20日(水)まで受け付けます。

11月20日(水)以後の提出については、大会当日の動作不具合には対応できないことがあります。

## 11 事前の打ち合わせについて

原則として、事前の打ち合わせは、大会当日のみとします。この打ち合わせでは、昼食・休憩に行い、発表順や質疑応答などについて最終的な打ち合わせを行います。

ただし、発表原稿を第1次締め切り(平成25年9月4日(水))までに送付された方については、山口市内で助言者との打ち合わせを9月下旬～10月上旬に実施する場合があります。その場合は、別途、連絡させていただきます。(連絡がない場合は、大会当日の打ち合わせのみとなります。)

## 12 お問い合わせ・提出先

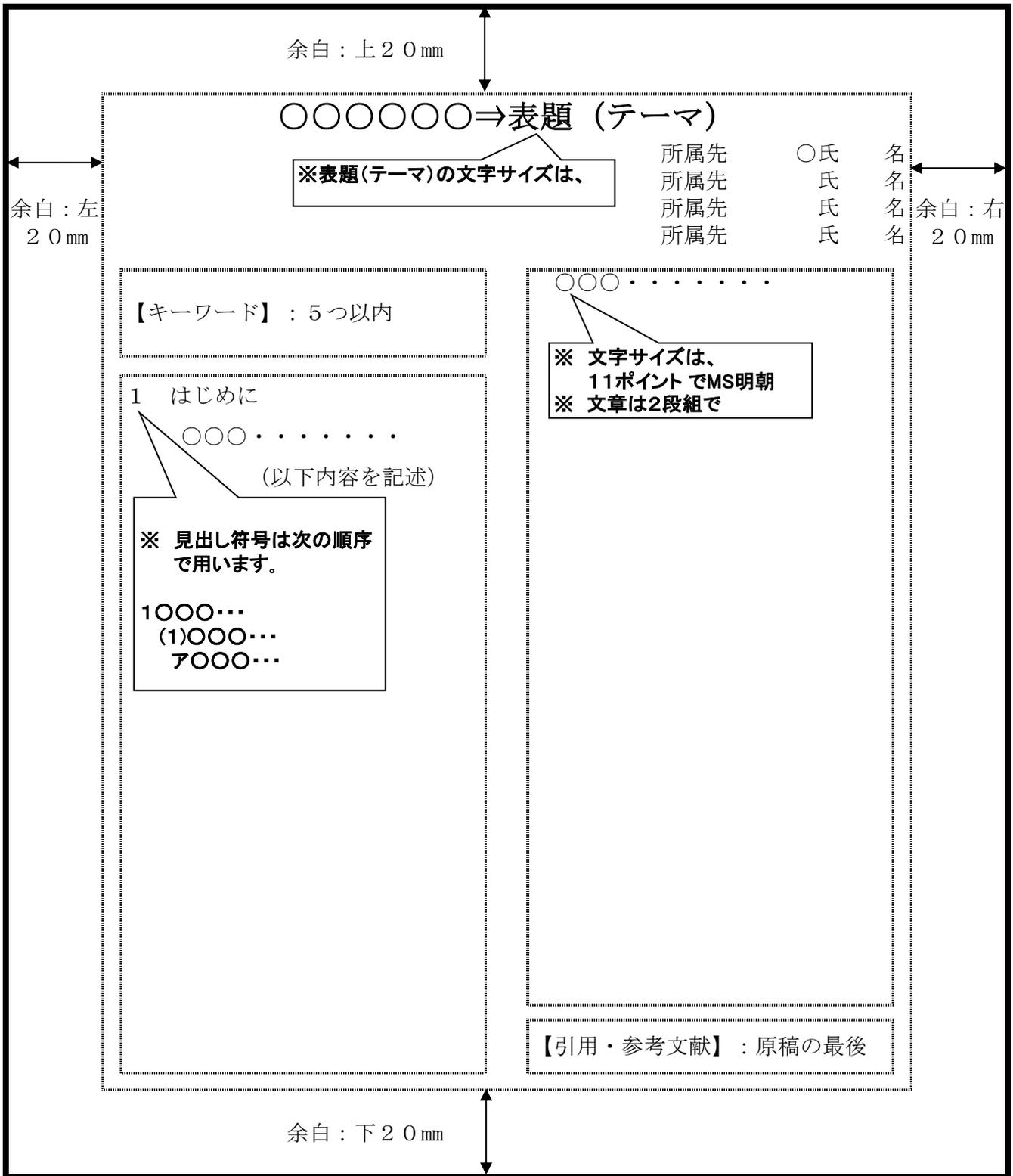
山口県介護保険関係団体連絡協議会 担当：村田・坂本

〒753-0072 山口市大手町9-6(山口県社会福祉協議会 地域福祉部 内)

TEL (083) 924-2828 FAX (083) 924-2847

e-mail kaidankyo@yg-you-i-net.or.jp

# 【研究発表原稿のイメージ】



1. 原稿は、発表原稿、調査結果等とし、原稿枚数は5ページ以内とします。
2. 用紙はA4判用紙を使用してください。
3. 上下、左右の余白を20mmとしてください。
4. 表題 (テーマ) の以外の文字サイズは、16ポイントでゴシックにしてください。
5. 表題 (テーマ) の以外の文字サイズは、11ポイントでMS明朝にしてください。
6. 表題 (テーマ) の右下に、研究に参画したメンバーの所属先、氏名を記入ください。
7. 発表者は氏名の前に○印をつけてください。
8. 文章は2段組で書いてください。(別紙参照)
9. その他の事項については、研究発表要領を御参照ください。

## 第14回 山口県介護保険研究大会 研究発表スケジュールについて

### 5月末～6月中旬

- 研究発表タイトルと概要の募集開始〔5月末〕
- 研究発表の応募締め切り〔6月28日（金）〕  
→「研究発表応募用紙」にて応募



### 7月

- 原稿提出依頼文書を送付〔中・下旬頃〕



### 9月

- 研究発表原稿の第1次締め切り〔9月4日（水）〕  
→ 作成途中原稿で結構です。提出された方については、発表内容について助言者より事前に助言を受けられる。
- 調査研究部会（助言者との事前打ち合わせ）〔9月下旬～10月上旬〕  
→ 事務局より連絡された方法（メール、電話での連絡、山口市内での打ち合わせ）で実施。



### 10月

- 研究発表原稿の最終締め切り〔10月31日（木）〕までに提出 期限厳守



### 11月

- パワーポイントデータ締め切り〔11月18日（月）〕までに提出 期限厳守  
→ 研究発表でパワーポイントの使用を希望される方のみ。提出後の差し替えは、11月20日（水）まで。

**当日：11月24日（日）13時～ 山口県セミナーパーク（山口市）**

- 第14回 山口県介護保険研究大会での研究発表

# 下松市介護予防事業「お口の健康教室」を実施して

山口県歯科衛生士会

○国本菊枝 佐伯博子 佐伯美和子 高橋育美 間庭ユミ  
河野好美 赤尾知美 桜井ユミ 恵良賀子 富田敬子

【キーワード】 口腔機能向上プログラム・二次予防事業

## 1. はじめに

昨今、口腔機能が全身の健康に大きく関係していることが明らかになってきた。特に高齢になると嚥下障害で肺炎などの合併症をきたすこともあり高齢者の健康の維持、増進のために必要な対策を講じることが求められている。

下松市では65歳以上の要支援・要介護認定者でない者を対象に基本チェックリストで二次予防事業対象者をスクリーニングし、教室参加勧奨を行なっている。

中でも、口腔機能が低下していると思われる者へは口腔機能向上プログラムを「お口の健康教室」（以下「教室」と呼ぶ）という呼び名で、受講を呼び掛けている。本会は、この事業を平成22年より受託し、22年度は1コース（7月～9月、6回シリーズ）、23年度は2コース（7月～9月・10月～12月）を実施した。

そこで今回、「教室」についての事前・事後・追跡アンケート調査を実施したところ、その取り組みと成果について興味ある結果を得たので、ここに報告する。

## 2. 目的

本調査は、①平成23年度に実施した「教室」の実施内容が受講者に有意義でそして主観的に効果を感じられたか、②習われたことをプログラム終了後も継続して実施できているかの2点について明らかにすることを目的とした。

## 3. 調査方法

1) 対象者：「教室」に参加した65歳以上の者。

2) 調査方法：（独自に）作成したアンケートを用いて、「教室」の初回（事前アンケート）、最終回（事後アンケート）、教室終了後概ね1年後（追跡調査アンケート）に調査を実施した。

3) 調査実施状況：「教室」は夏と、秋の2コースに分かれており、その調査実施日、調査数、回収率は（表1）の通りである。

	夏コース				秋コース			
	実施日	男性	女性	総数	実施日	男性	女性	総数
初回	7月13日	4	7	11	10月19日	6	16	22
最終回	9月21日	3	7	10	12月28日	5	12	17
初回、最終回の回収率100%								
追跡調査	平成24年 8月27日 ～9月10	夏、秋コース合わせて27名に実施 回収枚数19枚（回収率70%）						

（表1）調査実施状況

## 4) 倫理的配慮

受講者への依頼文書には、不利益を生じないことを明記し、同意を得た者だけを調査の対象とした。また、調査結果に関して個人が特定されないよう調査票は無記名とし、データ解析は特定のパソコンのハードディスク内で行い、データの持ち運びによる紛失を避け、個人情報の保護に努めた。

## 5) プログラム説明

教室プログラムとして、口腔機能向上についての講話、咀嚼・嚥下・発音に必要な筋肉のトレーニング（深呼吸、口唇のトレーニング、上肢体操等）、関連するゲーム

などを実施した。

(ア) 意欲をひきだす動機づけ

受講者同士が掛け合いながら、楽しく実施できるようなプログラムにした。また、媒体やゲームを取り入れ、わかりやすく楽しくできるようにした。

(イ) 自己決定をうながす目標設定支援  
口腔体操と口腔清掃について、宿題カレンダーを実施した。

4. 結果

1) 事前アンケートより

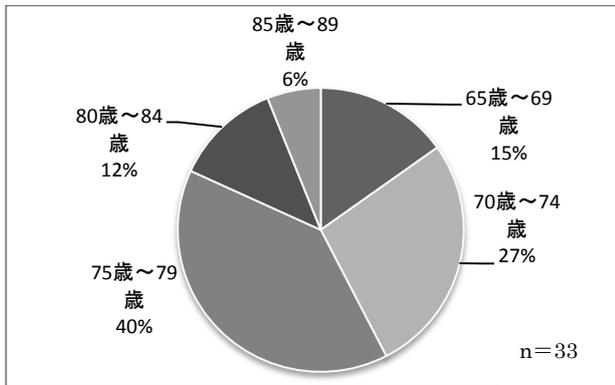


図1 年代別受講者数

受講者の年齢層は70歳代が67%を占めている。

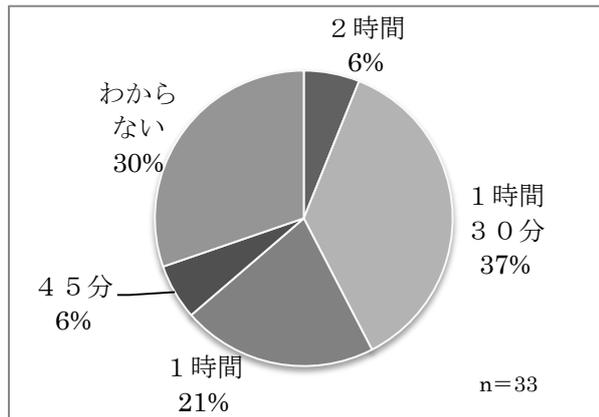


図2 お口の健康教室の1回の実施時間はどのくらいがよいと思われますか

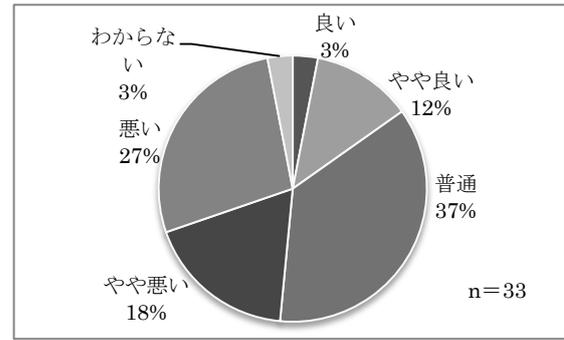


図3 あなたの歯やお口、身体の健康状態はいかがですか

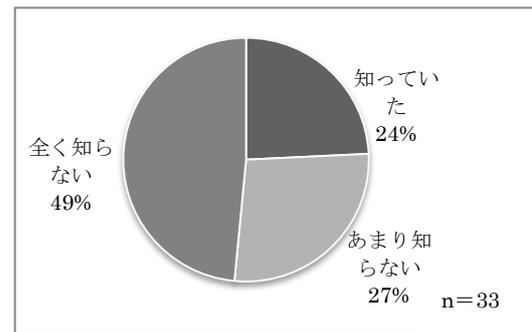


図4 お口の体操を知っていましたか

「あまり知らない」「全く知らない」を合わせると、76%がお口の体操について認知していなかった。

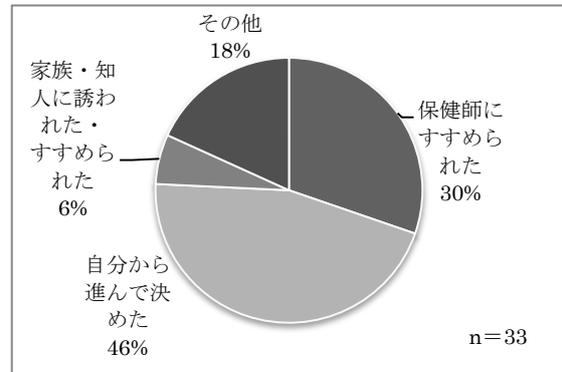


図5 お口の健康教室に参加されようと思ったきっかけは？

「保健師に勧められて」30%、「家族知人に勧められて」が6%。「自分から進んで」が45%であった。その他には福祉の相談係からの手紙を見てという記述があった。(図5)。

事前アンケートで「お口の健康教室に期待するものは何かありますか」という自由記述抜粋から以下の内容が明らかとなった。

- 舌・顔の体操、飲み込みスムーズ、固いものもよく噛めるように。
- 健康の為に自分の不明なことを教えてもらえるから。
- 加齢のせいとは思いますがのどの渇きが改善できるか期待しています。
- 口臭がいつも気になる。
- 義歯なので安心して磨けることを習いたい。
- 私の口の中は悪いところが多く食事と思うようにいただけません。ほとんど歯がないためそのことが気になります。
- 義歯をなんとかしたい、合わない。
- 飲料でのみ初めにむせるようになったのでそれをなおしたい。
- 口の渇き、食物が胸につかえないこと。

## 2) 事後アンケートより

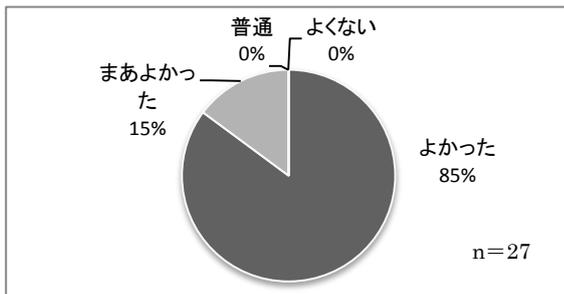


図6 お口の健康教室に参加された感想は

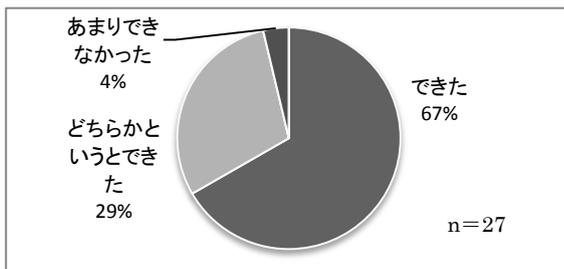


図7 生活の中にお口の健康法を取り入れることができましたか

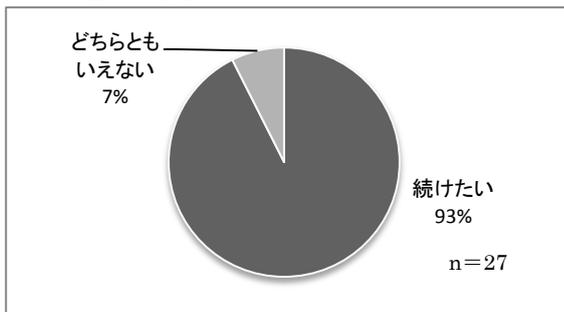


図8 終了後も習ったことを続けたいと思いますか

「生活の中にお口の健康法を取り入れることができましたか?」という問いに「できた」、「どちらかというのできた」を合わせると96%であった。(図7)。

「終了後も習ったことを続けたいと思いますか」の問いに93%の方が続けたいと回答した。(図8)

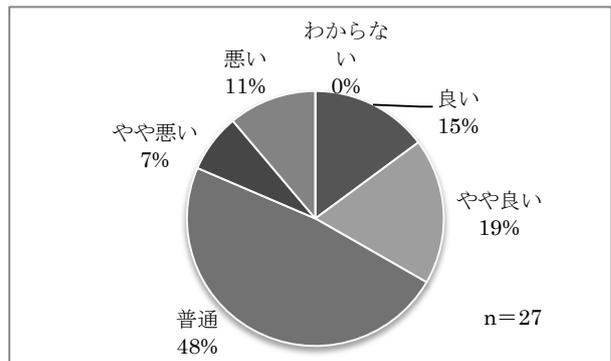


図9 あなたの歯やお口、身体の状態はいかがですか

「良い」、「やや良い」、「普通」を合わせると82%であった(図9)。

なお、事後アンケート受講者自由記述から特徴的な内容を以下に抜粋して示す。

- 歯に対して関心を持って前向きになったと思います。口腔機能は大切だと思いました
- 毎日の生活の中で一番気を付けなければいけないのにあまり重要に考えていなかったことに気づかせていただきました。
- 楽しい健康教室ありがとうございました。スタッフの皆様が熱心に取り組まれました姿勢に感動しました。
- この教室に参加できて本当に良かったと思います。
- 歯の状態歯ぐきなど問題が多いため時々口腔歯科医に診ていただくことはありましたが教えていただけないことも多く、こちらで多くの事を学ばせていただくことができとても嬉しく思っています。毎日繰り返し楽しみながら

努力できました。唾液も出て口の渇きがほとんどなくなりました。機会があれば又勉強させていただきます。

### 3) 追跡調査アンケートより

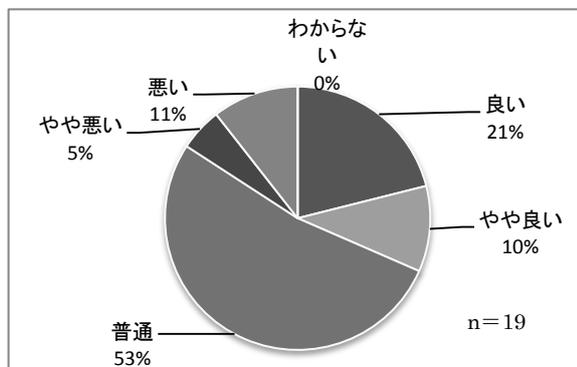


図10： 現在のあなたのお口や歯の健康状態は  
いかがですか

プログラムで印象に残ったものの複数回答では「唾液腺マッサージ」84%、「パタカラ体操」68%「早口言葉」62%、「歯つつつ体操」・「歯や義歯の清掃方法」47パーセントであった。「保湿剤」・「卑弥呼の歯がいーぜ」・「おたっしやカレンダー」は数値が低かった。n=97（複数回答可）

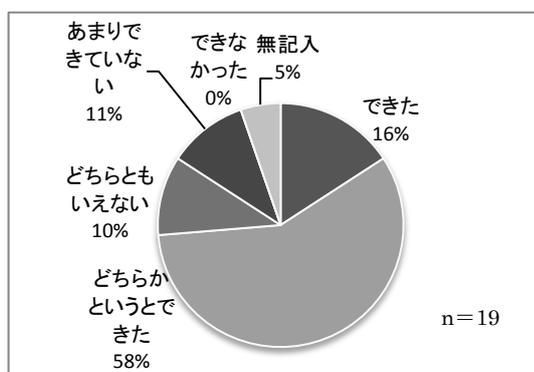


図11： 現在教室で習ったことを続けることができ  
ていますか

「できた」、「どちらかというのできた」（図11）と回答した方に現在続けている健康法の複数回答では「唾液腺マッサージ」23%、「歯や入れ歯の清掃に気を付ける」19%、「食事は噛む回数を多くする」18%、「パタカラ体操」18%、「舌体操」14%、早口言葉8%の順であった。  
n=51（複数回答可）

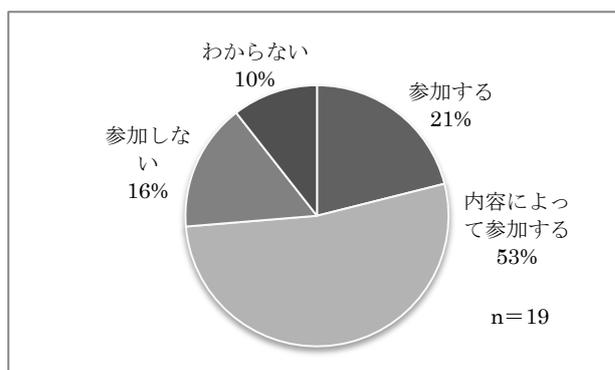


図12 今後新しい内容を取り入れてお口の健康教室、歯やお口の健康に関する講演会やイベントなどがあれば参加したいと思いますか

追跡調査アンケート自由記述より以下の内容が確認された。

- 習ったことを友達に伝えています。
- とても良い講座でしたので地区の人には是非受けて欲しいと思います。60歳ぐらいから入れ歯を考えると早いうので早くからこの講座を知ると良いなと思います。歯磨きが体の健康に即つながっていることを知ることは大切ですね。ありがとうございました。
- いろいろ教えていただきありがとうございました。そのうえ修了証書まで頂戴し感激です。
- お口の体操や唾液の出るマッサージは毎日実行しています。むせることがなくなり大変喜んでおります。

## 5. 考察

本調査からは、受講する前と後で健康に対する意識変化（図9）と大切さを認識していたことが明らかとなった。そして、このことから口腔機能への意識を高めることによって、自ら健康生活を積極的に営めるように「健康」についての情報や環境を提供し支援していくことが必要であることがわかった。特に日常生活の中に口腔機

能の健康法を取り入れることができているという状況が確認されており（図11）、関心を持つだけにとどまらず、具体的な方法を身につけられている結果によって「教室」の意義が示唆された。そして、その結果から今後の教室の課題として2つの課題が明らかとなった。

1つ目は自発的に受講してもらえ周知活動が必要ということである。（図5）周囲から促されて受講する機会が多く対象者に受講を促しても受講に結びつかず苦慮している現状を長寿支援係担当者より聞くこともできた。この解決方法としては受講の呼び掛けに教室開催状況を個人情報に配慮したブログ・フェイスブックのようなネットで公開・イベントなどで紹介・広報誌や地域情報誌などに情報掲載を提案したい。また地域住民、他職種が口腔機能に関心を持ち口腔機能低下を予防する啓発者となることも必要と考える。それにはまず二次予防事業という概念を取り払い、口腔機能は生涯に渡って重要であることを歯科専門職が情報発信、相談者になることが必要である。

2つ目はプログラム内容の再検討である。受講者の多くはご自分の口腔に問題を抱えていることが自由記述より確認できた。そして教室の意義を理解してもらえたが、即効性があり効果が実感できるプログラムしか印象に残っていなかった。反対に、宿題的な面倒に感じられるもの、聞きなれない言葉、手に入りにくいものは印象が薄くなっている。そこで、改善点として取り組みやすい内容の再検討や実践できるコツのような提案が必要と考える。介護予防の効果は、短期間で表れるものではない。日常生活習慣として身につけられるよう、プログラム内容等の充実を図り、受講者にとって気軽にそして主体的に受講しやすい内容を検討したい。継続的に支援し

ていくためには、加齢に伴う体調変化、環境変化も考慮する必要がある。バックアップセミナーは受講修了者に興味・関心を抱かせ、学んだことを活かせるようなものを目指さなければならない。（図12）引き続き我々は、個別な相談窓口、バックアップセミナーなど継続的な支援にも貢献したいと考えている。

#### 謝辞

本研究にご指導ご協力いただいた、山口大学大学院医学系研究科 草地 仁史先生、下松市長寿社会課に深く感謝申し上げます。

#### 参考文献

介護予防マニュアル（改訂版）

