



紫陽花が綺麗に色を付ける季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか？
夜は肌寒い日が続きますので、どうぞお体には十分お気をつけください。

生活環境改善サービス レイス治療院

オーラルフレイル お口の健康はカラダの健康! 嚥下障害の基礎知識

「オーラルフレイル」という言葉を聞いたことがありますか？

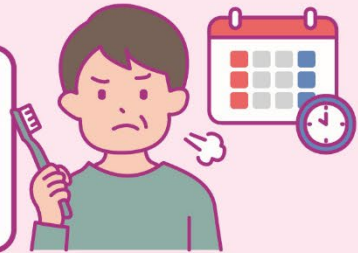
オーラルフレイルは口の機能低下、食べる機能の障害、さらには心身の機能低下にまで繋がる負の連鎖が生じてしまうことに対して警鐘を鳴らした概念です。4つのレベルから構成され、重度化に伴い身体的な影響度が増大していきます。些細なことから未然に防ぐための基礎知識を理解しておきましょう。

「オーラルフレイル」の4つのレベル

全身の健康はまずお口から。
早めの気づきとケアで進行を防ぎましょう。

レベル1 情報・関心度の低下

口の健康に関する関心や知識がない・情報に触れる機会が少ない等、年齢を重ねることで個人を取り巻く社会的な環境変化で、知らず知らずのうちに自身の健康への興味が薄れていく段階。



レベル2 口の些細なトラブル

滑舌低下、食べこぼしやわずかのむせなどに伴う食を取り巻く環境悪化の前触れ段階。例えば、「最近固いものが食べ難い。歳だから固いものは避け柔らかいものにしよう。」などといった誤った食事選びが習慣化し、さらに老化による体の機能低下も相まって口の機能低下が進む段階です。



レベル3 口の機能低下

お口の機能の低下が顕在化(噛む力の低下、舌運動の低下)し、低栄養へ陥る段階です。このレベルの対象者として、口腔機能低下症の診断がつく者もいることから、このレベルの対応は**歯科診療所**で行われることとなります。



レベル4 食べる機能の障害

要介護状態、運動・栄養障害に至る段階。「摂食嚥下(せつしょくえんげ)機能障害」として診断がつく段階であり、このレベルへの対応は専門的な知識を有した医師・歯科医師などが対応します。

リスク低

リスク高



■空欄を埋めてしりとりを完成させましょう。

①ころもがえ → → ぐんて

②みなづき → → のうか

③あじさい → → しんじゃが

ヒント
絵に色を塗るために使う道具です。

ヒント
日本の伝統的な服。

ヒント
つみれや干物にする魚。



回答は右下をご確認いただくか右記QRコードをスマートフォンで読み取りアクセスしてください!
URL : <https://leis.jp/leis/letter/index.html>



ご利用者様応募川柳

あじさいの
色より気になる
血圧値

大阪府 R、N 様

雨降りも
施設の中は
日本晴れ

京都府 I、M 様

~あなたの川柳・ご家族自慢など大募集!~

投稿方法



◆ 記載事項 ◆

- ・氏名(ペンネームでもOK) ・住所 ・投稿テーマ
- ・投稿内容(200文字~400文字程度)
- ・写真(無くてもOK)

ご投稿いただいた方から順次「レイスだより」への掲載を予定しておりますので、ご投稿お待ちしております!

ご応募いただいた方の中から抽選で素敵な粗品を贈呈! 上記記載事項を記入の上、下記住所までお送りください。

送付先はこちら

〒151-0061 東京都渋谷区初台 2-5-8 西新宿豊国ビル 2F
株式会社オルテンシアハーモニー「レイスだより係り」まで



ホームページにてバックナンバーをご覧いただけます!

レイス治療院ホームページにて、レイスだよりのバックナンバーをご覧いただけます。下記URLまたは右記QRコードを読み取りアクセスしてください! URL : https://leis.jp/news/news_cat/leis-letter/



㊦㊧㊨㊩㊪㊫㊬㊭㊮㊯㊰㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

お知らせをで紹介ください!

このような方にマッサージ・リハビリをお勧めします

- 関節拘縮により歩行が困難な方
- 身体に麻痺のある方 (脳梗塞などの後遺症)
- 車いすをご利用の方
- 寝たきり状態の方



医療保険で受けられる訪問医療マッサージ

レイス治療院 ○○

(TEL) 000-0000-0000 (担当) ○○○○

(訪問エリア) ○○市内全域 (営業時間) 9:00~18:00