

食育月間の取り組み

所属団体名	一社）東大阪市西歯科医師会	
施設等名	八戸の里老人センター	
取組の名称	歯と口の健康週間行事 及び 噛むカムチェックガムを用いた 8020 普及啓発事業	
実施時期	令和 7 年 6 月 25 日(水)	
取組みの目的	☒ 共食の推進 ☒ 朝食の摂取 ☒ 栄養バランスの良い食事の摂取 ☒ 野菜の摂取 ☒ 生活習慣病やフレイル予防・改善のための良い生活習慣の実践	☒ よくかんで味わって食べる ☐ 栄養成分表示への理解促進 ☐ 食品の安全性に関する知識の普及 ☐ 農産物の栽培体験の機会提供 ☐ 食品ロスの削減 ☐ 伝統料理や郷土料理の伝承
取組内容	八戸ノ里老人センターにて「歯と口の健康週間行事」及び「噛むカムチェックガムを用いた 8020 普及啓発事業」を開催した。 参加者は、20 名であった。 参加者への講演の演題は、「美味しく食べて笑顔でいるために！」とした。 1)齲蝕・歯周病の原因、歯周病と全身疾患の関係について 2)オーラルフレイルについて 3)パタカラ体操について 4)歯ブラシや補助的口腔清掃器具、義歯洗浄剤、洗口液や液体歯磨きの選択方法について 以上の内容を講演した。 「噛むカムチェックガムを用いた 8020 普及啓発事業」については、赤と青 1 粒ずつ計 2 粒の噛むカムチェックガムを同時に決められた回数咀嚼し、その色の混ざり方から、参加者の咀嚼力を簡易的にチェックした。 参加者の咀嚼力は想定以上に良好であった。 会場の様子として、講演中は終始、楽しく学ぶ雰囲気に包まれており、自身の口腔内状況に大変興味をお持ちのようで、大変有意義な時間であった。 また、参加者に歯ブラシなど口腔ケアグッズを全員に配布した。	