

平成 26 年度

奈良県健康長寿共同事業実行委員会
有識者会議

取組方策研究事業

～ 食べる能力と社会参加に関する取組方策の研究 ～

●取組方策研究事業の概要

食べる能力の向上と社会参加の促進をテーマにして、以下の内容を実施してきた。

食べる能力の向上と社会参加の促進

高齢者の口腔機能等 の実態把握

- 老人クラブ会員を対象にした追跡調査等
 - 平成 23 年度と平成 25 年度での状態の変化を把握。
 - 追跡調査に関連させて口腔状態と疾病・医療費との関係性の把握
- 口腔と心身の健康状態についての調査分析【資料編参照】
 - 地域巡回指導・普及啓発事業（歯科健診・口腔指導）等を通じて口腔と心身の健康状態との関係性について調査を実施。

誤嚥にナラン！体操 （「全身運動を通じた誤嚥予防 と身体機能の向上のための体操」） の完成・普及

- 普及ツールの作成
 - DVD、パンフレットに加え、解説書を作成。
- 飲み込む機能にリスクのある人へのアプローチ
 - サービス付き高齢者住宅において測定を実施
- 体操の普及や効果の検証
 - 地域巡回指導事業などで、体操の紹介・導入。
 - これまでのフィールドでの効果測定とあわせた継続的な体操導入。
 - 市町村の介護予防リーダー養成講座と連携した体操の活用。

●高齢者の口腔機能等の実態把握

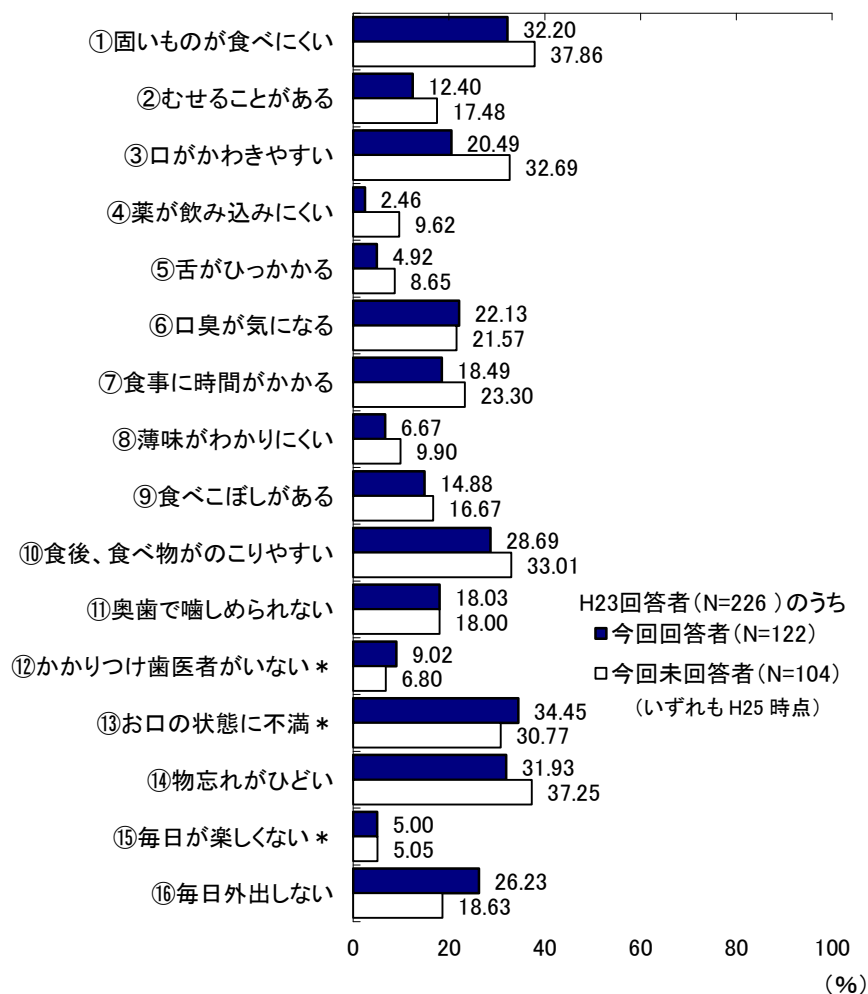
●老人クラブ会員を対象に、口腔と心身の健康状態を経年的に把握するための追加調査を実施。
 (平成 23 年度：歯科問診 平成 25 年度：歯科問診・SF-8)

- 調査対象者：奈良県内の老人クラブ会員
- 調査方法：郵送による郵送調査法
- 調査時期：1 回目：2012 年 1 月下旬～2 月上旬頃
 2 回目：2013 年 12 月～2014 年 1 月中旬
- 協力機関：奈良県歯科医師会、奈良県老人クラブ連合会

■調査の回収状況

調査方法	総数	性別			年齢						
		男性	女性	無回答	65 未満	65～74 歳	75～79 歳	80～84 歳	85 歳以上	無回答	平均値
老人クラブ アンケート (追跡調査)	226 (H23)	174	52	0	12	85	79	25	23	2	75.1 歳
	122 (H25)	92	30	0	1	35	46	33	7	0	77.1 歳

① H25年時点の回答者と未回答者におけるH23年の口腔状態等の回答状況

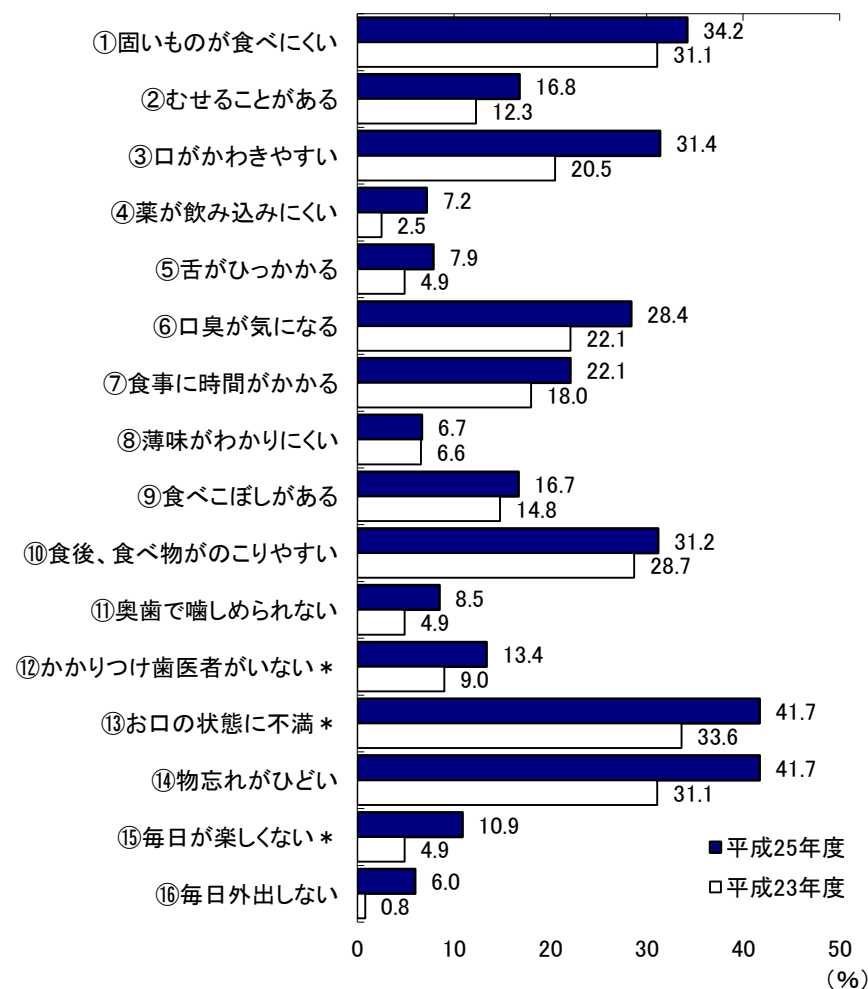


H25年時点の回答者（122人）と未回答者（104人）について、平成23年度時点での状態を比べると、全体的に近似値となっている。
 また、今回回答者では、
 ・「口がかわきやすい」
 ・「薬が飲み込みにくい」
 で比較的状态が悪い人が多くなっている。

平成26年度にH23-H25の未回答者29人を対象に、体の状態について再追跡調査を行ったところ、27名が存命かつ体調もよく、1名が死亡、1名が体調が悪くなっていた。
 このことから、体調不良や死亡を原因として回答しなかった未回答者が多かったとまではいえないと考えられる。

※問診項目の末尾に「*」印がついている項目は、逆転項目（肯定的な質問項目）を示しており、逆転項目の回答は、他の項目の回答と同様の位置づけとなるように処理している。

② 追跡調査回答者（N=122）の口腔状態等の変化（H23～H25）



お口の状態等について、平成23年度と平成25年度を比較すると、全体的に状態が悪くなっている人が増えている。

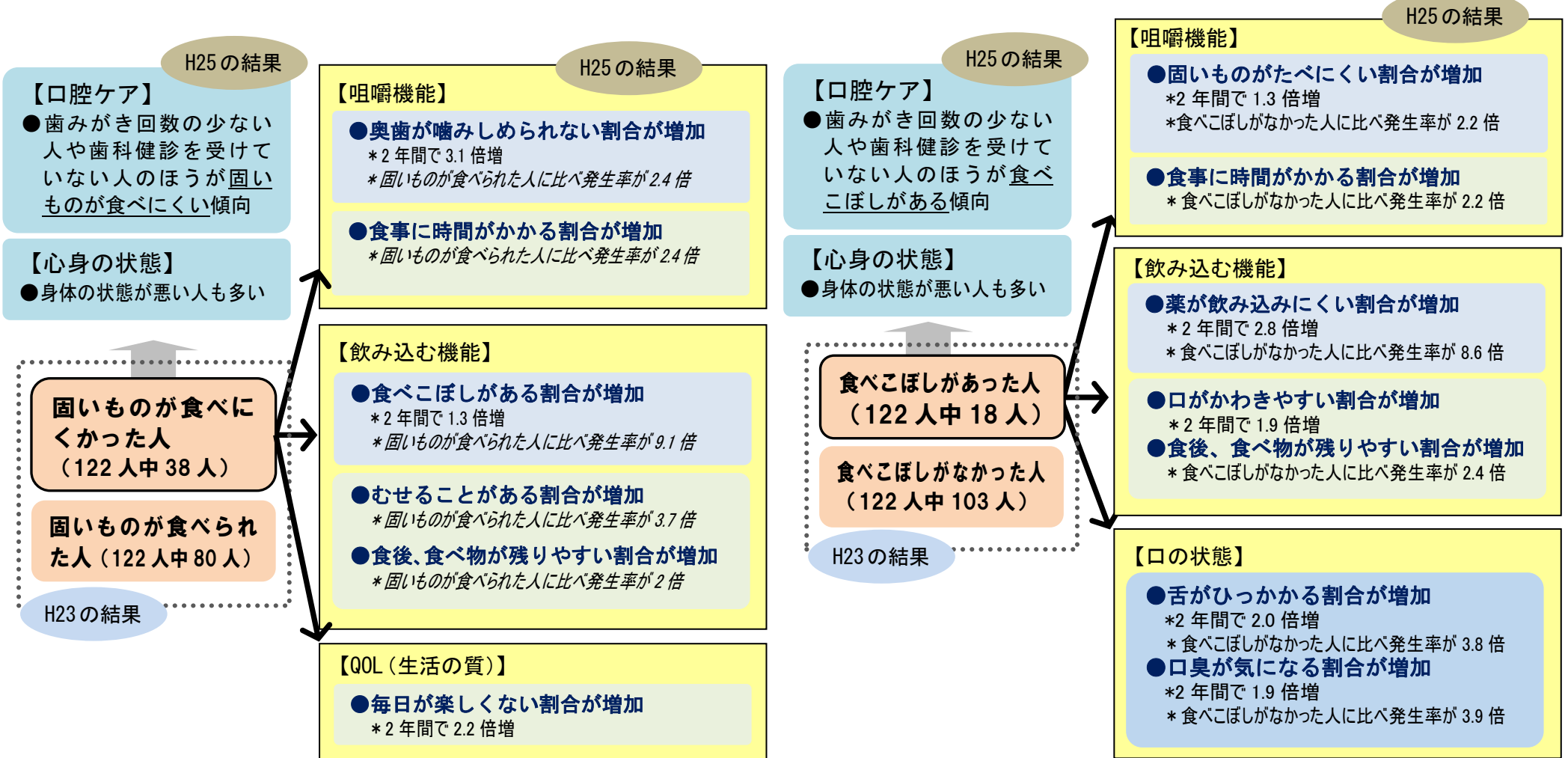
- ・「口がかわきやすい」
- ・「物忘れがひどい」
- ・「お口の状態に不満」

については、状態が悪くなっている人がいずれも1.4～1.5倍程度増えている。

③ アンケート調査結果

■老人クラブ会員を対象にした追跡調査等（122名）

H23-H25（122名）の2年間において、どれだけ口腔状態に変化があったのか等を分析。



- ・当初固いものが食べにくかった人や食べこぼしがあった人は、リスクのなかった人に比べ、咀嚼や飲み込む機能の低下に関するリスクをはじめ、QOLの低下に関するリスクも生じており、このような状態の人たちは身体の状態も悪くなっている人が多い。
- ・こうしたリスクを低減するうえで、歯みがきや歯科健診などの口腔ケアが必要となっている。

◆アンケート調査結果及び医療費との突合分析の概要

追加調査については、88人の医療情報（レセプトデータ）と突合し、疾病との関係や医療費との関係性も分析。

●口腔ケアにより、疾病の予防につながる可能性が高い

- ・歯に関する疾病の有病者は多く、医療費の高騰に影響していると考えられるが、逆に、口腔ケアを進めることで、医療費の抑制が図れることが見込まれる。
- ・歯周病の有無別に疾病の状況をみると、歯周病がある人のほうが糖尿病や虚血性心疾患といった生活習慣病に加え、急性上気道感染症、肺炎の有病率が高く、歯の状態の悪化と生活習慣病や誤嚥性肺炎との関係がうかがえる。
- ・入れ歯の状況でも、部分入れ歯では歯周病や肺炎の有病率が高く、誤嚥性肺炎の予防に歯科健診や口腔ケアの必要性は高くなっている。

●口腔状態に課題がある人のほうが経年的に医療費は増加している

- ・アンケート調査結果でお口の状態に課題を感じている人のほうが、糖尿病や虚血性心疾患、高血圧といった生活習慣病の有病率が高くなっている。
- ・こうした疾病の有病に伴い、口腔状態に課題を感じていない人は医療費が減少傾向にあるのに対して、口腔状態に課題を感じている人の医療費は増加傾向にある。

●固いものが食べにくい人のほうが生活習慣病が多く、経年的に医療費が増加している

- ・アンケート調査結果で「固いものが食べにくい」人のほうが、そうでない人に比べ、糖尿病、高血圧、高脂血症（脂質異常症）などの生活習慣病の有病率が高く、一人あたりの医療費も年々増加している。
- ・アンケート調査結果で「物忘れがひどい」人のほうがそうでない人に比べ、生活習慣病に起因して医療費は高くなっている。

- ・お口の健康を維持することが、誤嚥性肺炎の予防や生活習慣病の予防となることがうかがえる。そのため、誤嚥にナラン！体操の普及に加えて、歯科健診や口腔ケアによってお口の良好な状態を維持することで、誤嚥性肺炎などの疾病予防、さらに、医療費の低減にもつながるものと考えられるが、今後もサンプル数を増やしながらか、根拠を固めていく必要がある。

平成 27 年度の方向性

■老人クラブ会員を対象にした追跡調査等

⇒平成 25 年度の調査対象者（老人クラブ会員）をもとに、口腔と心身の健康状態を経年的に把握するための追加調査を実施し、平成 25 年度からのお口や心身の状態の変化を調査・分析する。

⇒レセプトの取得に関する同意を求め、アンケート調査とあわせて、疾病との関係や医療費との関係性を調査・分析する。サンプル数を増やししながら、今年度実施した調査結果にさらに厚みを出す。

■口腔と心身の健康状態についての調査分析

⇒歯周病や噛み合わせなどの客観的な口腔状態と QOL 状態や外出の状況、心身の健康状態との関係性を深く分析するため、今後も調査を継続していく。

⇒一定のサンプル数も増えてきているため、SF-8 に着目し、「咀嚼機能」「飲み込む機能」「口の状態」などに関係する設問と心身の健康状態に関する設問とのクロスを掛けるなど、詳細な分析を行う。

■誤嚥にナラン！体操の継続と口腔状態、疾病、医療費との関係性の調査分析

⇒誤嚥にナラン！体操を継続しているグループの口腔状態、医療情報（レセプトデータ）の調査分析を試みる。

●誤嚥にナラン！体操（「全身運動を通じた誤嚥予防と身体機能の向上のための体操」）の完成・普及

体操策定ワーキングにおいては、普及ツールを作成し、体操の普及を進めるとともに、飲み込む機能にリスクがある人への体力測定などを実施した。

普及ツールの作成

●DVD、パンフレットの配布（完成版として作成・配布）

- ・地域巡回指導やワーキングメンバーの活動などを通じて、随時配布し、普及を行っている。

●指導者用「誤嚥にナラン！体操」解説書の作成

- ・内容の編集とワーキングでの意見を取り入れ、一定の形にした。
- ・飲み込む機能にリスクのある人たちの測定結果などを入れ込み一定の形にする。
- ・次年度以降は活用するとともに、必要に応じて改訂を検討。

●「誤嚥にナラン！体操」指導用パッケージの作成

- ・DVD、パンフレット、解説書の3つのツールを「誤嚥にナラン！体操」指導用パッケージ化。



飲み込む機能にリスクがある人へのアプローチ

●県外施設での実施（サービス付き高齢者向け住宅）

- ・ 初回測定を平成 26 年 6 月 1 日、最終測定を同年 12 月 14 日に実施。
- ・ 測定項目を絞り込み、実施。

●県内施設での実施（サービス付き高齢者向け住宅）

- ・ 初回測定を平成 27 年 1 月 7 日に実施。最終測定は 6 月を実施予定。
- ・ 嚥下機能に着目して、これまでの測定項目を変更して実施。

【主な測定項目】

- ・ 運動機能：Timed Up and Go
- ・ 口腔・嚥下機能：RSST、水飲みテスト、頸部可動域、パタカラなど
咳嗽力、口唇閉鎖圧測定

【協力いただいた施設・関係機関・団体】（敬称略・順不同）

- ・ サービス付き高齢者向け住宅ハート、エリシオン真美ヶ丘、畿央大学、奈良リハビリテーション病院

体操の普及や効果の検証

●ワーキングメンバー等による普及

【現在の実施状況】

- ・ 7月13日 奈良県理学療法士協会公開講座
- ・ 8月27日 中和南和地域包括支援センター連絡会研修会
- ・ 8月30日 平成26年度奈良県スポーツ推進委員研修会
- ・ 9月19日 平成26年度経営トップセミナー
- ・ 9月27日 認知症フォーラム あきらめない
- ・ 10月9日 大和高田片塩校区健康づくり推進協議会

●継続して測定を行っているフィールドを通じて体操の継続的な実施

- ・ 昨年度から継続して測定を行っているフィールドにおいて、効果測定をはじめ、継続的に体操を導入。

【実施機関・場所】（敬称略・順不同）

- ・ 包括支援センター：桜井市包括「のぞみ」、桜井市包括「きずな」、桜井市包括「きぼう」
- ・ サロン：田原本町多地区
- ・ 介護予防教室：王寺町、五條市西吉野町

●介護予防リーダーの養成

- ・ 畿央大学とタイアップして、広陵町における介護予防リーダーの養成研修のプログラムに誤嚥にナラン！体操を導入。

【効果測定に協力いただいた機関・団体等】

今年度の継続的な効果測定においても多数のセラピストをはじめ、医療機関等にご協力をいただいた。

畿央大学	西大和リハビリテーション病院	秋津鴻池病院
奈良県言語聴覚士会	鴻池荘	隅田訪問看護ステーション
奈良県介護予防ネットワーク	訪問看護ステーション UT	大福診療所
奈良県歯科医師会	奈良友誼会病院	貴志川リハビリテーション病院
東生駒病院	訪問看護ステーションかしの木	エリシオングループ

平成 27 年度の方向性

体操の地域への普及

- 誤嚥にナラン！体操指導用パッケージを市町村や地域サロンリーダー等の地域での体操指導者に配布し、自主的な体操の実施を支援。
- 市町村の介護予防リーダー養成講座等のメニュー作成に専門家を派遣し、プログラムでの体操利用を図る。
- 体操を継続的に行うグループに対し、効果測定のための専門家を派遣し、体操の効果を体感してもらう。

飲み込む機能にリスクのある人へのアプローチ

- 平成 26 年度初期評価のみとなっている施設においては、平成 27 年度に最終評価を行い、結果を取りまとめる。
- 必要に応じて、新たな施設に介入し、測定を行うことを検討する。

継続的な測定を行っているフィールドでの追加分析

- 平成 24 年度より継続して測定を行っているフィールドにおいて、測定結果と疾病や医療費との関係を把握するため、医療情報（レセプトデータ）の取得する方向調整を行う。

◆有識者会議の経過

項目	日時・場所	内 容	出席者
第1回	平成26年7月3日(木) 15時～16時30分 奈良県社会福祉総合センター 5階研修室C	●「食べる能力」と「社会参加」に関する研究についての実施状況及び今年度の実施内容の報告	【委員】今村委員長、武田副委員長、松崎委員 【体操策定WG】高取准教授(畿央大学) 松下会長(奈良県言語聴覚士会) 西田理事(奈良県理学療法士協会理事) 【実行委員会】中村副会長、丸橋委員(事務局長)、八木委員(県保険指導課) 【関係者】勝井次長、仲村事業課長(奈良県後期高齢者医療広域連合)、松南係長(県保険指導課)、井上主任主事(県保険指導課)、堀江技師(県健康づくり推進課) 【オブザーバー】野田講師(奈良県立医科大学健康政策医学講座) 【実行委員会事務局】政木次長、山本主査 【業務受託者】小林(ジャパン総研)
第2回	平成26年10月23日(木) 15時～16時30分 奈良県社会福祉総合センター 6階第3会議室	●奈良県の地域包括ケアシステム構築に向けた取組についての報告 ●追跡調査における医療費分析の中間報告 ●今年度における「誤嚥にナらん!体操」の普及状況の報告	【委員】今村委員長、武田副委員長、上田委員、松崎委員、中西委員 【体操策定WG】松下会長(奈良県言語聴覚士会) 松本助教(畿央大学) 【実行委員会】中村副会長、丸橋委員(事務局長)、藤田主幹(県保険指導課) 【関係者】勝井次長、仲村事業課長(奈良県後期高齢者医療広域連合)、松南係長(県保険指導課)、秋本係長(県地域包括ケア推進室)、津田係長(県健康づくり推進課)、堀江技師(県健康づくり推進課) 【オブザーバー】野田講師(奈良県立医科大学健康政策医学講座) 【実行委員会事務局】政木次長、山本主査 【業務受託者】牧野、小林(ジャパン総研)
第3回	平成27年2月26日(木)15時～16時30分 奈良県社会福祉総合センター 6階第3会議室	●追跡調査における医療費分析の報告 ●誤嚥にナらん!体操の普及についての方 向性	【委員】今村委員長、武田副委員長、上田委員、松崎委員、中西委員 【体操策定WG】高取准教授(畿央大学) 松下会長(奈良県言語聴覚士会) 西田理事(奈良県理学療法士協会理事) 【実行委員会】中村副会長、丸橋委員(事務局長)、藤田主幹(県保険指導課) 【関係者】勝井次長、仲村事業課長(奈良県後期高齢者医療広域連合)、堀江技師(県健康づくり推進課) 【オブザーバー】野田講師(奈良県立医科大学健康政策医学講座) 【実行委員会事務局】政木次長、山本主査 【業務受託者】小林(ジャパン総研)

◆有識者会議及びワーキンググループ名簿

■有識者会議委員

(敬称略・順不同)

分野	氏名	所属
大学	今村 知明	奈良県立医科大学教授 *委員長
医師	武田 以知郎	明日香村国民健康保険診療所所長
	上田 晴三	奈良県歯科医師会常務理事
保健師	松崎 三十鈴	香芝市福祉健康部 健康局局长
高齢者	仲村 勇 (~平成26年5月19日)	奈良県老人クラブ連合会会長
	中西 憲治(平成26年5月20日~)	

■「誤嚥にナラン！体操」策定ワーキンググループ委員

(敬称略・順不同)

分野	氏名	所属
言語療法	松下 真一郎	奈良県言語聴覚士会会長
理学療法	高取 克彦	畿央大学健康科学部理学療法学科准教授
理学療法	松本 大輔	畿央大学健康科学部理学療法学科助教
理学療法	西田 宗幹	奈良県理学療法士協会理事