

## 第3課

# こうくう 口腔ケア



ごはんを食べたら、歯をみがきましょう。口の中をきれいにしておくことで、気分がさわやかになり、病気も予防できます。

### ◆パートⅡのD

第2課は「爪を切りたくない」という利用者さんに、「新しい爪切り」を勧める展開になっていました。第3課は「歯をみがきたくない」という利用者さんに、「理由を確認する」となっています。授業では、利用者さん役から「その理由」としてユニークなものが出るといいですね。それに対して、介護スタッフはどのように対応すればいいか……楽しみながら、ロールプレイをするように雰囲気を作っていくといいと思います。

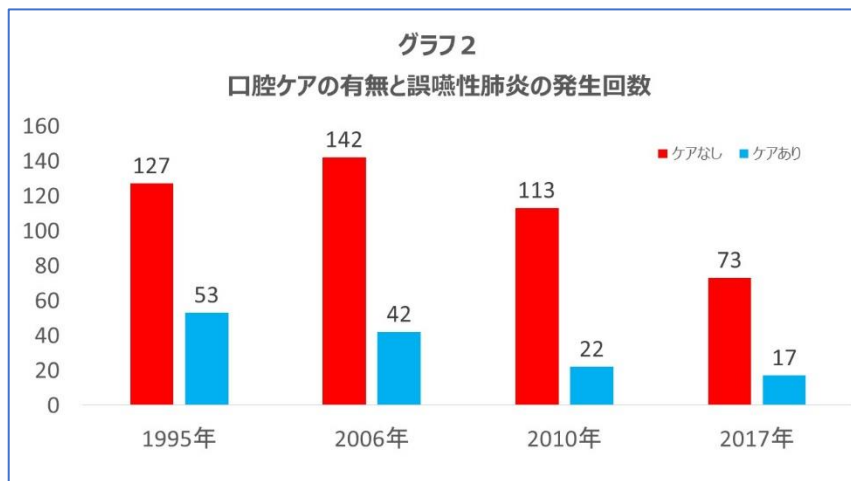
### ◆パートⅢのG 口腔ケアの重要性

語彙が難しくなるのと、文章が長くなってしまうことから、「口腔ケアと誤嚥性肺炎」については触れませんでした。参考にグラフを2つ載せておきます。

(朝日新聞デジタル 2018. 6. 28

「口腔ケアが命を救う 認知症と肺炎の関係は」 松本一生

<https://www.asahi.com/articles/SDI201806251509.html>



## ◆知ってる？「口腔ケアのことば」

\* 「パタカラ体操」で口腔をきたえる！

台東区の公式チャンネル <https://www.youtube.com/watch?v=4ZdyySbJzgo>

江戸川区の公式チャンネル <https://www.youtube.com/watch?v=Qy7x7l84Eic>

これは、「健口（けんこう）体操」として挙げられている5つの体操の1つとして動画がアップされています。

1. ういうい体操
2. あいうえお体操
3. パタカラ体操
4. ベロ体操
5. だ液腺マッサージ

\* 早口ことば

ここでは、リンさんが「ベトナムの早口言葉」のことを考えています。簡単で、面白い早口ことばがあったら、伝え合うのもいいですね。

## 参考【ベトナムの早口ことば】

(1) Cự Lý lên núi Nùng    ク リー レン ヌイ ヌン

(リーじいさんがヌン山に登った)

Cự=お年寄りにつける尊称、lên=上る/登る、núi=山

(2) Buổi trưa ăn bưởi chua    ブオイ チュア アン ブオイ チュア

(昼に酸っぱいザボンを食べた)

Buổi trưa=昼、ăn=食べる、bưởi=ザボン、chua=酸っぱい

(3) Nồi đồng nấu ốc nồi đất nấu ếch

ノイドン ナウ オック ノイダット ナウ エック

(銅鍋は貝を煮る、土鍋はカエルを煮る)

Nồi=鍋、đồng=銅、ốc=貝、đất=土、ếch=カエル