

南部保健所版の健康経営サポートニュースでは、地域の健康に関する情報や健康経営に関する情報などをお伝えします。各事業所での健康づくりの取組等にお役立てください。

職場の健康づくりを進めるうえで「事業所ぐるみの健康づくり」に苦慮されているという声が多いことから、南部保健所では事業所での出前講座に取り組んでいます。そこで、今年度、2つの事業所で歯の健康をテーマに実施した「出前講座」について紹介します。

A事業所

～忙しい日々に関心役立つ口腔ケア方法を伝授～

<参加者の声>

「知らないことも多く驚いた」
「年末までに歯医者に行こうと思う」
「自分もそうですが、家族(子どもたち)の歯を守るためにもしっかり実践していきたいと思った」



<事業所担当者の声>

歯の健康を考える機会として出前講座を開催しました。スライドを使って実際の映像をみることで、改めて口腔衛生について大切さがわかりました。職員の歯の健康に対する考え方も変わったようです。



<研修会のその後>

研修会で学んだことを日々の口腔ケアで実践されていたり、受診した方もいました。

フッ化物洗口体験中



B事業所

～福祉施設での開催。事業所からの希望で、日々の仕事へも役立つ情報も盛り込んだ内容に～

<参加者の声>

「自分の体のことだから気をつけたい」
「歯を大切にすることの大切さがものすごく伝わった」
「歯科の定期健診は行ってなかったが、今回の話を聞いて、行ってみようと思った」



<事業所担当者の声>

職員の意識が変わったと思います。自分の歯をもっと大事にしないとけない！食後のケアの大切さを実感する研修でした。



<研修会のその後>

自分自身の歯の健康だけでなく、入居者さんへの口腔ケアの対応も、より丁寧になったと実感しています。

口腔内の細菌の映像に驚き



歯科衛生士の多田さんから、口腔衛生のワンポイントアドバイス！

- ①しっかり噛んで、唾液を出しましょう。
- ②しっかり噛むお口を保つために、歯科の定期健診は必ず受けましょう。

「出前講座」では、口腔ケアのほか、受動喫煙や生活習慣病など、従業員の健康づくりや事業所の健康経営を進めるうえでの悩みやご希望を伺いながら対応します。まずは、お気軽にお問い合わせください。

【出前講座利用のメリット】

- 利用料は“無料”
- 事業所へ出向いて実施するので、多くの職員が参加しやすい(実施時間は相談可)



大分県で、平成28年に実施した「県民歯科健康状況実態調査」によると、**40歳代で進行した歯周炎に罹患している人の割合は、68.4%**でした。
歯周病の予防には、「セルフケア」に加えて、「歯科の定期健診」「歯間部清掃器用器具の使用」が有効です。歯の健康は全身の健康を保つためにも重要です。毎日の口腔ケアと健診で、健康な歯を維持しましょう！

