

# 歯の衛生週間によせて

## 歯科医からのメッセージ

—2—

桐生市歯科医師会  
は、口のみ込みの機能をはかるための専用アプリ「口から健康アプリ」を開発し、無償で提供しています。

口の音は上下のくちびるを使って発音します。この動きは食べ物を取り込み、口を閉じると同じ筋肉を使います。

舌の奥に力をいれて発音します。これは食べ物に触れて発音します。この動きは食べ物を押つぶすときの動作と関連しています。

客観的に調べる事ができます。この方法を「オーラルディアドコキネシス」といいます。

「口から健康アプリ」は、口の飲み込みの機能を正確に簡単に測ることが出来ます。現在はアップル社製の携帯機器で使えます。Appストアで「くちけん」と検索してみてください。

今年度中にはアンドロイド携帯で使えるアプリも開発する予定です。

## 歯科医師会開発「口から健康アプリ」

例年春に実施している「歯の衛生週間事業」のイベントは、今年は11月4日の「秋の歯科イベント」として行います。

「パ」の音は上下のくちびるを使って発音します。この動きは食べ物を取り込み、口を閉じると同じ筋肉を使います。「タ」の音は舌の先が上の前歯の後ろの歯

物をのみ込むときにどのように送り込む動作と関連しています。これらの音を一定の時間内にできるだけ速く発音し、発音回数とリズムを測ることで、口のみ込みの機能を

には、この機能を正確に測ることが欠かせません。しかし、従来は紙とペンを使って測っていたので、たいへんに手間がかかるうえに正確さに欠けるものでした。

介護関係の方は、入所者さんや利用者さんのみ込みの機能を評価するために、お役立ちください。そして介護なんて関係ないよと

いう方も、この「口から健康アプリ」を使ってみてください。発音回数が正確に表示され、練習すると発音回数が増えるので、口の機能の向上がまさに目に見えます。このアプリが皆さまのお口の機能の維持向上にお役に立てたら幸いです。

.....