

地域医療連携講演会

お弁当食べながら学べる

カムカムでフレイル・オーラルフレイル予防
～カムカム健康プログラムの提案～

令和5年12月9日（土）

13:00-15:00

参加
無料

会場：JA・AZM別館202研修室

宮崎市霧島1丁目1番地1

定員：先着50名



地域医療連携講演会
お申込み方法

下記QRコードから
お申込みください。



講師

東京医科歯科大学大学院
地域・福祉口腔機能管理学分野教授

松尾浩一郎先生

- * お弁当の数には限りがあります。
原則1施設1名の申し込みでお願いいたします。
- * 先着順の申込受付となります。定員を超えた場合はご連絡させていただく場合もございます。ご了承ください。



カムカム弁当食べながら美味しく楽しく一緒に学びませんか？
先着50名様限定となっています。お申し込みはお早めに！

主催：宮崎市口腔保健センター（一般社団法人宮崎市郡歯科医師会）
〒880-2102宮崎市大字有田1376番地/0985-41-8241

講師：東京医科歯科大学大学院
地域・福祉口腔機能管理学分野
教授 松尾 浩一郎 先生

【抄 録】

栄養の入口である「口腔」の機能低下は、栄養障害や続発するフレイル、要介護の一因となりえます。口腔機能が低下すると、無意識に、硬い肉や魚、野菜の摂取を避け、食品摂取の多様性が低下し、栄養障害に陥りやすい状態となります。フレイル予防のためには、運動や栄養に気をつけなければなりません。栄養の入口である口の機能や咀嚼機能を維持することも不可欠です。私たちは、咀嚼と栄養をコンセプトに、咀嚼を促す噛みごたえのある食感を付与したカムカム弁当を用いた「カムカム健康プログラム」を開発した。月に1回地域コミュニティに皆で集まり、噛む食感と栄養をコンセプトとしたカムカム弁当を食べながら、6か月間学ぶことで、食と口の健康の行動変容と健康増進を促すことを目的としています。シングルアーム試験にてその効果を検証したところ、オーラルフレイルリスクの高い対象者に対して、オーラルフレイルやフレイルを改善させ、食と口の健康への意識と行動を変容させる効果がみられました (Hidaka R, 2023)。この結果を受けて、現在は、本プログラムが一般介護予防事業の現場で社会実装できるか検証しています。今回は、加齢による口腔機能の低下をどのように予防していくか、われわれの取り組みを含めながらお話しする予定です。

【略 歴】

- 1999年 東京医科歯科大学歯学部 卒業 同大学院高齢者歯科学分野 専攻
- 2002年 ジョンズホプキンス大学 医学部 リハビリテーション講座 研究員
- 2005年 ジョンズホプキンス大学 医学部 リハビリテーション講座 講師
- 2008年 松本歯科大学 障害者歯科学講座 准教授
- 2013年 藤田保健衛生大学 医学部 歯科 教授
- 2018年 藤田医科大学 医学部 歯科・口腔外科学講座 主任教授
- 2021年 東京医科歯科大学大学院 地域・福祉口腔機能管理学分野 教授（～現在）
- 2022年 東京医科歯科大学病院 オーラルヘルスセンター センター長（～現在）

Adjunct Assistant Professor, Johns Hopkins University,

愛知学院大学, 九州大学, 大阪大学 非常勤講師

参加申込締切：令和5年11月9日（木）