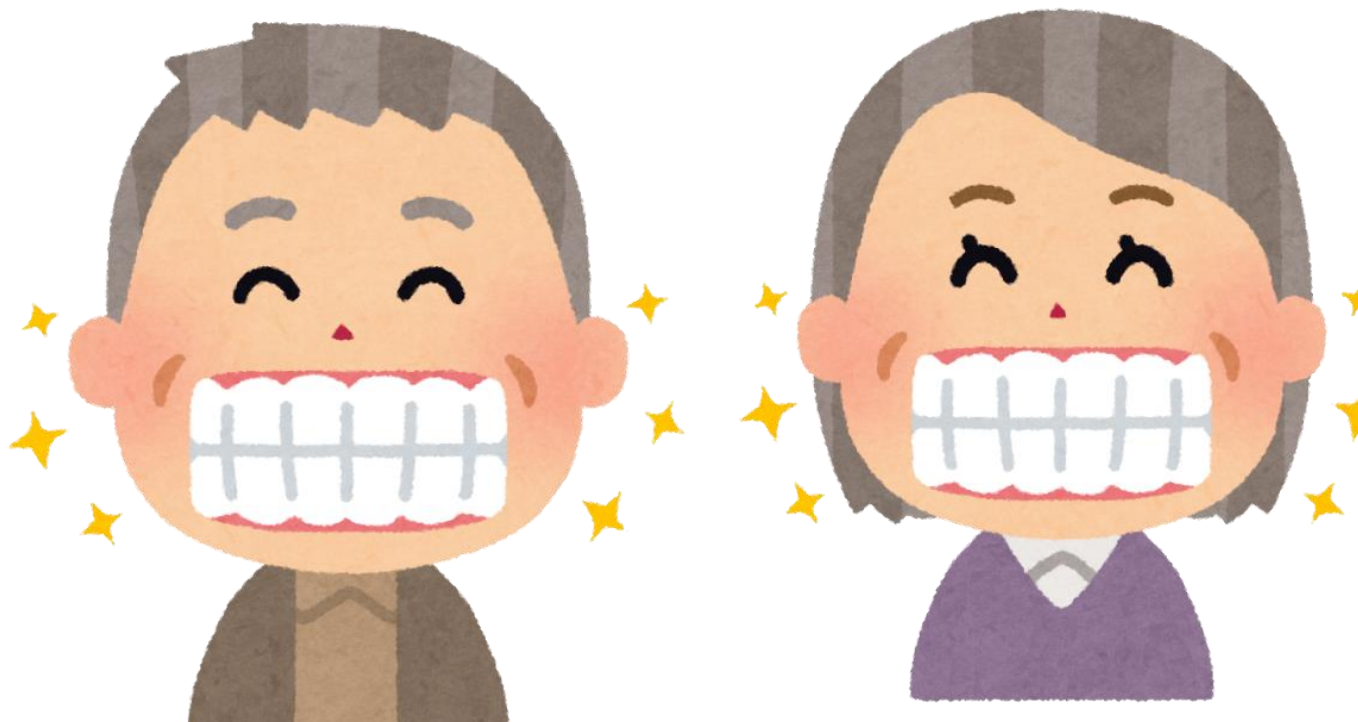


口腔ケアの極意



あなたのお口元気ですか？



1、はじめに



国は乳児から大人・障害者（児）・高齢者に至るまで病気の予防のために口腔ケアの啓発をしています。体力や抵抗力が弱っている人にとって、口の中の細菌は大敵です。口腔ケアを取り入れることで病気の重症化を防ぎ、介護量が減ることが期待できます。病気や障害などで、自分で出来ない人には特に重要です。まずはサービス事業者のお口を元気にしましょう。

2、まずは…ところをほぐしてリラックス



口腔ケアの前になかなか口をあけてくれず、
歯ブラシを噛んでしまう利用者はいませんか？



利用者の状態によって、口腔ケアが難しいケースもあります。

まずは笑顔で明るい挨拶からはじめ、

利用者とコミュニケーションをとりましょう。心の扉はにこやかな笑顔と、挨拶で開かれます。

口腔ケアは、利用者との信頼関係・人間関係を築いてから始めましょう。難しい場合は、無理をせず少しずつから始めましょう。利用者にとっては排泄ケアと同等に必要です。

3、食は生命なり



食べることは生命を支えることです。
一粒の薬より、口から食べる事が生きる事につながります。
私たちサービス事業者が口腔ケアの必要性について学びを
深め、口腔ケアの重要性を利用者へお伝えすることで、
在宅で元気に過ごせる利用者が増えてきます。
まずはサービス事業者の私たちから口腔ケアの必要性に
ついて学んでいきましょう。



4、口腔ケアとは？



「口の中をきれいにするケア」と
「口の機能を保つケア」を
合わせて口腔ケアと言います。



5、口腔ケアの目的



病気を予防し、失われた機能を取り戻すリハビリテーションを
行い、口腔機能の維持回復・全身状態やQOLの向上・
コミュニケーション機能の回復・運動能力を高めます。



口腔ケアの効果



①口腔乾燥症の予防

口腔ケアにより唾液腺を刺激し、唾液の分泌を促進します。
唾液が流れ続けることで、お口の中の自浄作用に効果があります。



②歯周病の予防

口腔ケアがしっかりとされていないと歯垢や歯石が溜まって
しまうことがあり、歯周病菌が多くなり炎症を引き起こします。



③感染症の予防

口腔ケアを行った群が行わなかった群よりも、
発熱の発生率が少なくなる研究結果が発表されています。



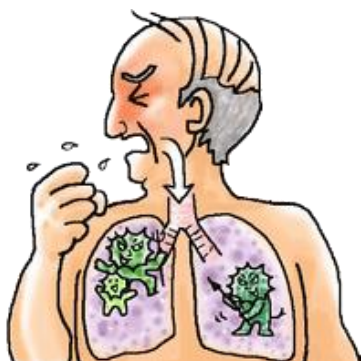
④心臓病の予防

健康な人に比べ、口腔ケアをしていない歯周病の人は
心臓病の発症リスクが高いと言われています。
歯ぐきからの出血や口腔内の傷により、歯周病菌が血中
に入り込むと動脈硬化の原因となります。

⑤糖尿病の予防

歯周病菌が血中に入り込むことで血糖値を下げるインスリンが効きにくくなると言われています。

また、歯周病による歯ぐきの炎症が、糖尿病を発症または、悪化させると言われています。



⑥誤嚥性肺炎の予防

口腔内は細菌の温床です。口腔ケアにより細菌の数を減らすことで、細菌が肺に入って引き起こす誤嚥性肺炎を予防する効果があります。

⑦認知症の予防

何でも噛める人に比べ、あまり噛めない人では認知症の発症リスクが 1.5 倍となる研究結果が発表されています。

認知症を予防するためにも、よく噛めるお口を維持することは大切です。



歯を失って義歯を使わなければ、

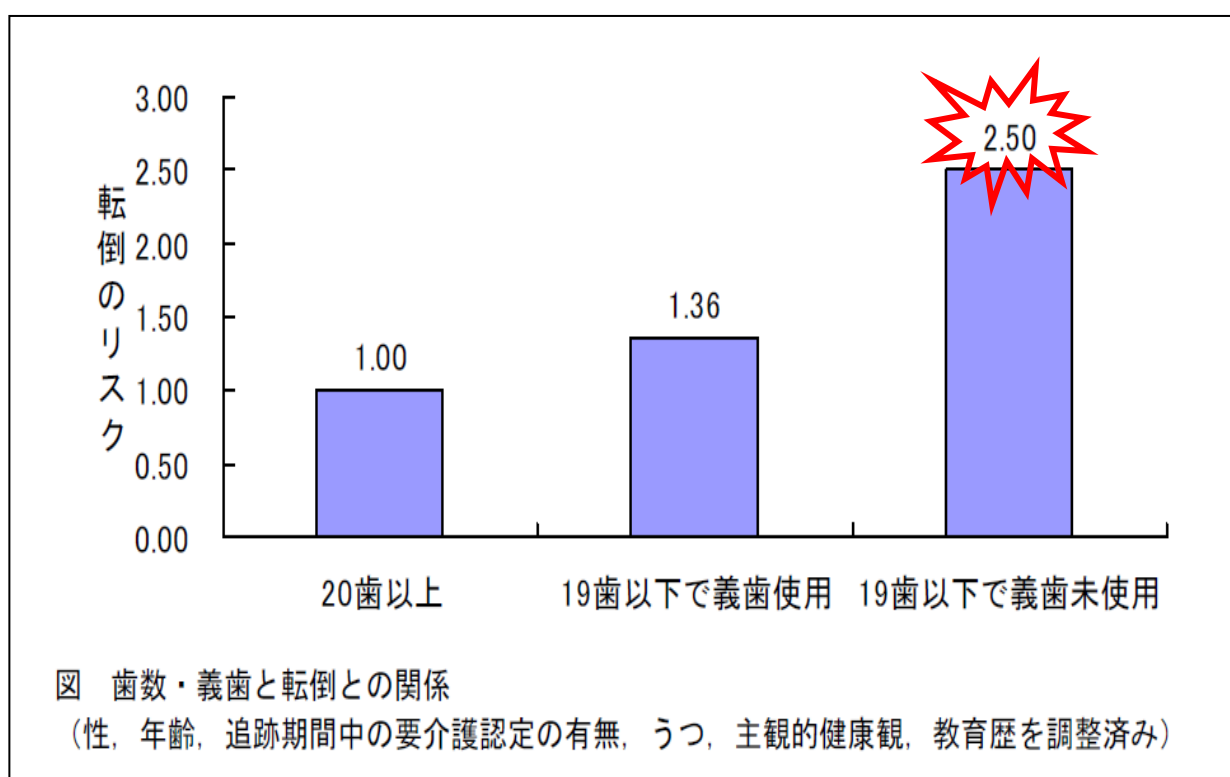
転倒のリスクは 2.5 倍に！



高齢者の約 3 分の 1 が 1 年間に転倒を経験し、転倒した方の約 6% が骨折すると言われています。骨折の中でも大腿部頸部骨折は、高齢者にとっては寝たきりの原因となり、1 度転倒すると、転倒の恐怖から高齢者の引きこもりが心配されます。

下図は、健康な高齢者（1763 名）を追跡したデータから、歯数・義歯と転倒との関係を示したものです。

<歯数・義歯と転倒との関係>



引用 WEB : 山本龍生, 2011, 「プレスリリース」

file:///C:/Users/cosmos/AppData/Local/Microsoft/Windows/INetCache/IE/GGQVX6SI/10-007.pdf, 2018 年 8 月 24 日

『20 歯以上=1.00』の人に対して、

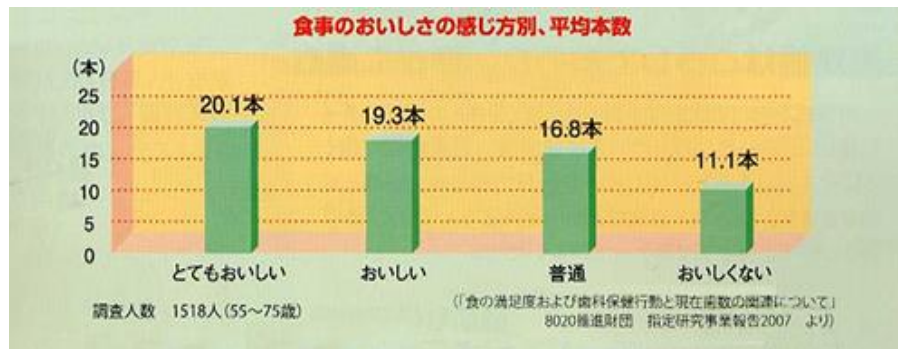
『19 歯以下で義歯未使用』の人の転倒リスクは、**2.50 倍**。

『19 歯以下で義歯を使用している人』の転倒リスクは、**1.36 倍**で、

義歯を使用することで転倒のリスクが低下する。

歯を失っても義歯を使用しないと下顎の位置が不安定になり、身体の重心がとれず転倒の危険性は高くなります。**歯が少なくても義歯を入れると転倒を抑制できます。**

食事が「**とてもおいしい**」と感じている人は、平均で約**20本の歯**がある！



おいしく噛むために必要な歯の本数



 臼杵せんべい	 酢だこ	18~28本	 たくあん	 フランスパン
 スルメイカ	 きんぴらごぼう	6~17本	 きらすまめし	 イカの刺身
 ピーナッツ	 やせうま	0~5本	 うどん	 豚肉(薄切)
 れんこん	 胡麻豆腐		 かりんとう	
 なすの煮つけ	 バナナ		 かまぼこ	

★自分の歯が20本残っていても

歯を抜けたままにせず、**義歯**を入れることにより、かなり**噛む力が回復**できます。仮に歯が1本もなくとも、義歯を入れることにより、口の機能がかなり維持でき、食べたり話したりして生活を楽しむことができます。

口の中を見てみよう



<唇>

唇が乾いてひび割れていないか

<虫歯>

- 黒い穴が開いてないか
- 歯の付け根は黒くないか
- 痛みはないか
- 詰め物や冠が外れていないか

<粘膜>

- 口内炎などはないか
- 上あごに痰などの汚れは付いていないか
- 口の中が乾燥していないか
- 特に麻痺側に食べ物のかすが付いていないか

<歯周病>

- 歯ぐきがブヨブヨしていないか
- 赤く腫れていないか
- 出血していないか
- 歯がグラグラしていないか
- 口臭はないか

<舌>

舌に苔のような汚れが付いていないか

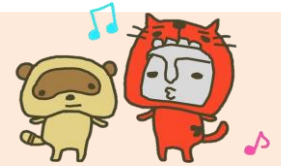
歯ぐきに傷が出来たり触ると痛がることはないか

<入れ歯>

- ばねのかかる歯が抜けてないか
- 入れ歯が落ちてこないか、壊れていないか、汚れていないか



日常のチェックをしましょう！



記入日： _____ 年 _____ 月 _____ 日（記入者 _____）

氏名： _____



□ 口臭がきつい

→ 歯周病・むし歯・舌苔・口腔乾燥・唾液分泌低下・
糖尿病・ストレス



□ 歯肉から出血している

→ 歯周病・乾燥・出血傾向



□ 歯がぐらぐらしたり、歯が抜けてしまった

→ 歯周病



□ 入れ歯が黒ずんできた

→ 金属部分の酸化・カビ・嗜好品・
鉄剤の服用



□ □を動かすと入れ歯がはずれやすい

→ 痩せてきた・適合不良



□ 食べたり、飲んだりするとむせやすい

→ 脳血管障害・嚥下障害・
誤嚥性肺炎



□ 食事に時間がかかったり、食が細くなった

→ 老衰・誤嚥性肺炎



□ 柔らかい物を好むようになった

→ むし歯・歯周病・
入れ歯の適合不良



□ 熱を出したり、風邪をひいたりしやすくなった → 誤嚥性肺炎



□ 濃い味を好むようになった → 味覚低下・亜鉛不足



□ 寝つくことが多くなった → ロコモティブシンドローム・不活発・疾患によるもの



□ □数が少なくなった → 認知症・脳血管疾患・精神疾患



□ 表情が乏しく、閉じこもりがちになった → 認知症・精神疾患



□ 物忘れなどの症状がある → 認知症・脳血管疾患・電解質異常



□ 糖尿病がある → 糖尿病による合併症



□ 麻痺などの運動障害がある → 脳血管疾患

上記のいずれかに該当した場合、 内の疾患が疑われます。

かかりつけの歯科医への受診をおすすめします。



口腔ケアの方法



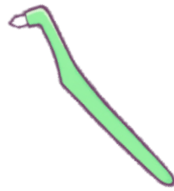
口腔ケア用品には様々なものがあります。

お一人お一人、お口の中の状態が違いますので、迷った時は「かかりつけの歯医者」にぜひ相談して下さい。

★歯がある方



歯ブラシ



口が開けにくい方は、
タフトブラシの使用も
おすすめです

★残根（歯の根っこだけになった歯）がある方



歯ブラシ

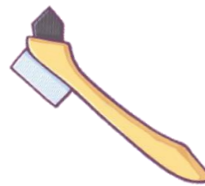


残根にピンポイントに
当たる、タフトブラシも
おすすめです

★歯と入れ歯がある方



歯ブラシ



義歯ブラシ

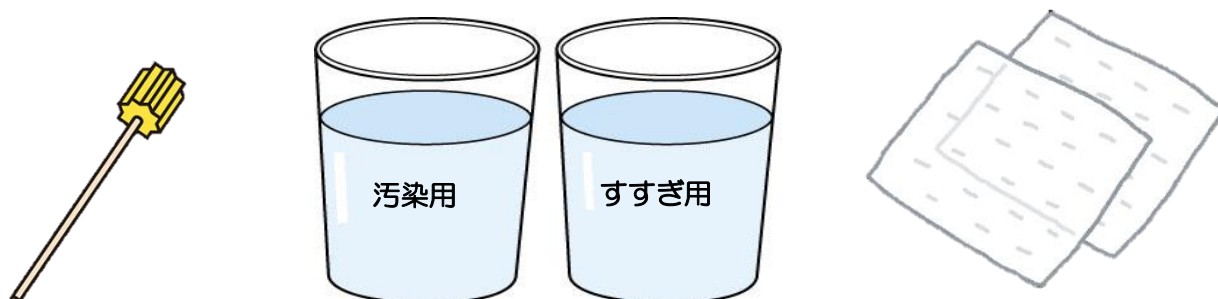
★上の歯も下の歯も総入れ歯の方



義歯ブラシ

★うがいが出来ない方・うがいをして口の中に汚れが残る方

- スポンジブラシ
- コップ2つ（汚染用とすすぎ用）
- ガーゼやペーパータオル



※スポンジブラシは「使い捨て」が基本です。

- 紙軸のスポンジブラシは、紙の部分がふやけてしまうので毎回交換しましょう。
- プラスティック軸のスポンジブラシで、どうしても毎回交換できない時は、スポンジ部分が取れたりしていないか必ず確認をしてから使って下さい。

★唇や舌・頬など口の中が乾いている方

- リップクリーム
- 保湿剤：保湿剤を唇に塗っても大丈夫です。

ジェルタイプ



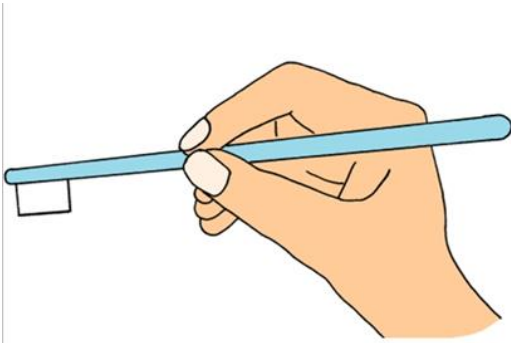
スプレータイプ



※口腔ケアを始める前や、口腔ケアの最後、お口が乾いている時に使います。

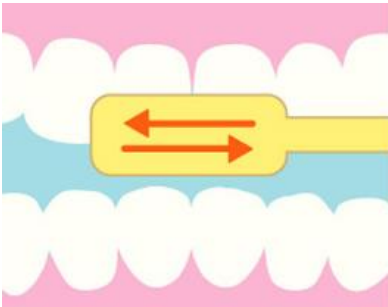
★歯の磨き方

毛先の硬さは「**やわらかめ**」がおすすめです！
歯ブラシの大きさは、**上の前歯二本分**が目安です。
歯ブラシは毛先がひらいたら交換します！交換時期は、**1ヶ月**が目安です。



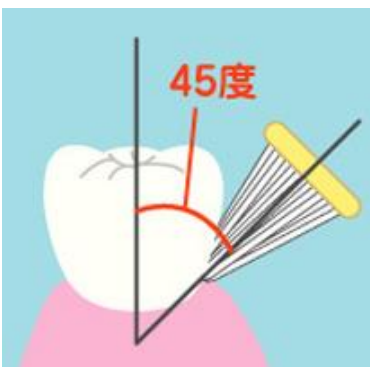
歯ブラシは鉛筆もちで！

★歯の表面の磨き方



歯ブラシの毛先を歯に
直角に当てます。

★歯と歯ぐきの境目の磨き方



歯と歯ぐきの境目に、
歯ブラシを45度になるように
当てます。

★隙間がある歯の磨き方



歯ブラシの毛先を
歯と歯の間に軽く入れ込むようにして
その場で小さく歯ブラシを動かします！

★隣り合う歯がない時

歯ブラシを歯の側面にも当てて磨きます！



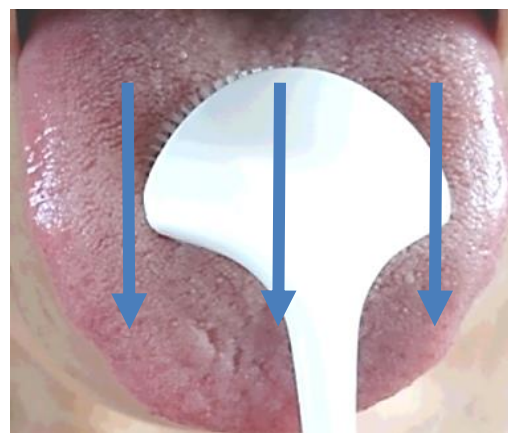
★残根がある時

残根の上から歯ブラシやタフトブラシを当てて磨きます。



★舌の磨き方

舌は舌苔が付きやすく、細菌が繁殖しやすいところです。
舌ブラシや柔らかめの歯ブラシを使います。
舌を傷つけないように、奥から手前に優しく磨きましょう！

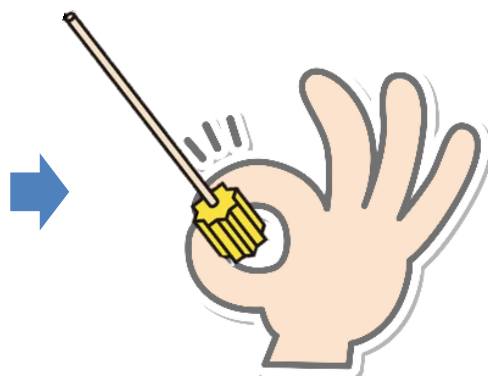


★ スポンジブラシの使い方

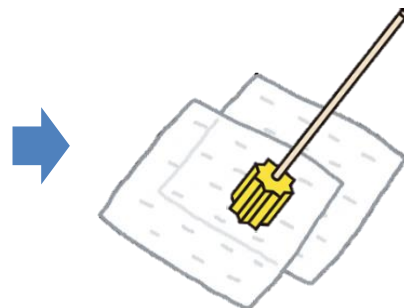
① スポンジブラシ
を濡らします。



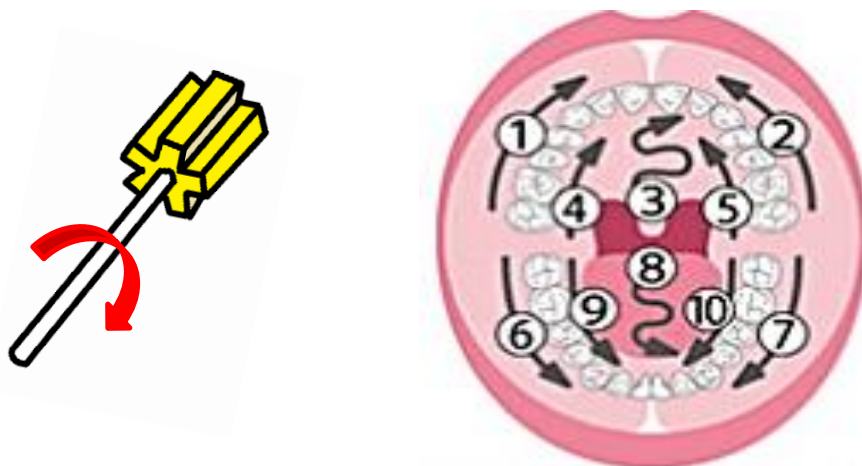
スポンジブラシ
を指で絞ります。



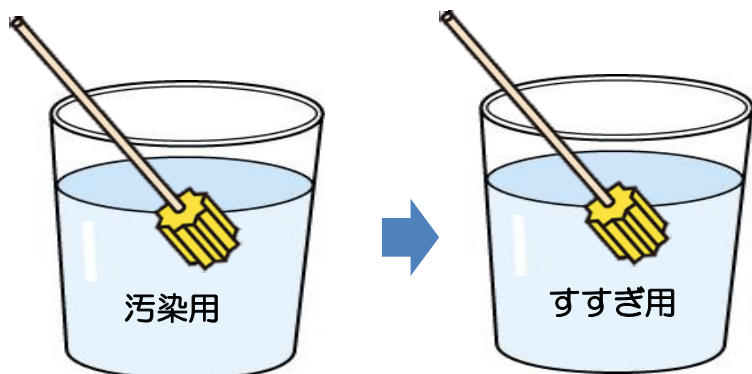
誤嚥しやすい場合は、
さらにガーゼ等で絞ります。



② スポンジブラシを、奥歯から前歯の方向に回転させながら動かします。



③ 汚れたスポンジブラシは、水で洗いながら使っていきます。



指やガーゼで
水分を良く絞ったら
またお口の中へ！

入れ歯は外して磨きましょう！



入れ歯をしている方は、毎食後、**入れ歯を外して**から磨くようにしましょう！

<入れ歯ブラシについて>

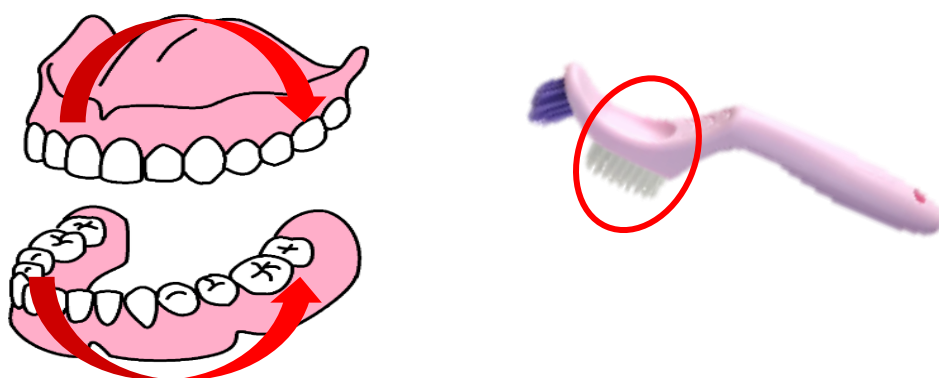
入れ歯ブラシには、やや毛が柔らかく幅の広いブラシと、毛が硬く幅の短いブラシがついています。



<入れ歯の広い面の磨き方>

幅の**広い**ブラシを使って磨きます。

やや毛が柔らかいので、入れ歯全体を磨くのに向いています。



<入れ歯の細かい部分の磨き方>

幅の**短い**ブラシを使って磨きます。

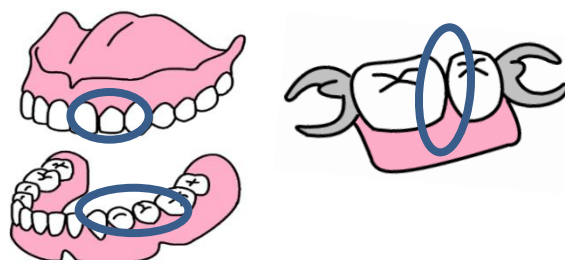
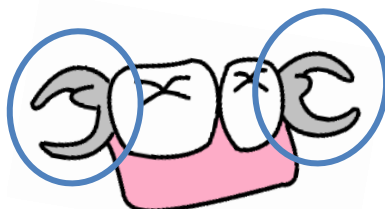
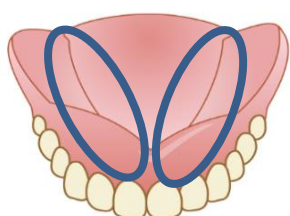
毛が硬くしなりがあるので、幅の広いブラシでは落とせなかった、細かい磨き残し部分を磨くのが得意です。



入れ歯のくぼみ

入れ歯のパネ

入れ歯の歯と歯の間

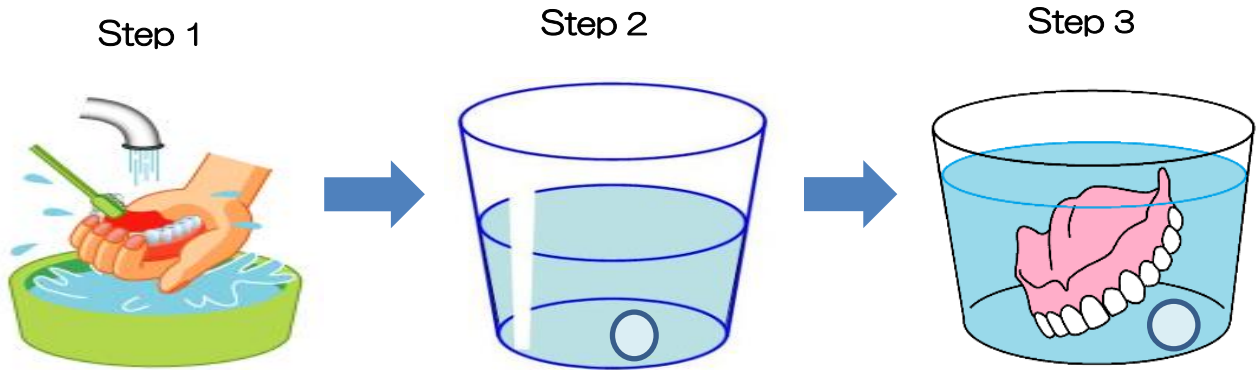


入れ歯洗浄は



<入れ歯洗浄剤の使い方>

- ★Step 1 入れ歯を入れ歯ブラシで洗います。
- ★Step 2 水を入れた、入れ歯ケースに、入れ歯洗浄剤を入れます。
- ★Step 3 最後に入れ歯を入れます。



入れ歯洗浄が終わったら、入れ歯ブラシを使って軽く水洗いし、お口の中に入れます！
使い終わった入れ歯洗浄剤の水は、**毎回捨てて**下さい。

<入れ歯洗浄のここに注意！>

★入れ歯は割れやすい

入れ歯を洗う時は、水を張って洗いましょう。
もし落としても、割れる可能性が低くなります。



★入れ歯は熱湯に弱い

汚れが落ちやすいイメージがありますが…
入れ歯が変形する恐れがあります。
※熱湯では洗わないようにしましょう。



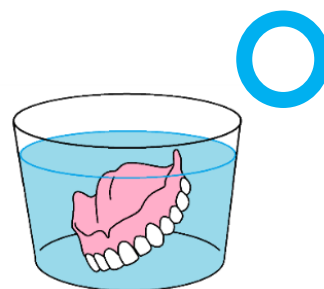
★入れ歯は傷つきやすい

入れ歯に傷が入り、細菌が繁殖しやすくなります。
歯を磨く用の歯磨き粉を使わないようにしましょう。
歯磨き粉が使いたいときは、**入れ歯用の歯磨き粉**が
傷がつきにくくおすすめです。



★入れ歯は乾燥に弱い

入れ歯は、乾燥すると割れやすくなります。
入れ歯を外したら**水を入れた容器**に保管しましょう。
入れ歯ケースの使用がおすすめです。
入れ歯の紛失防止にもなります。



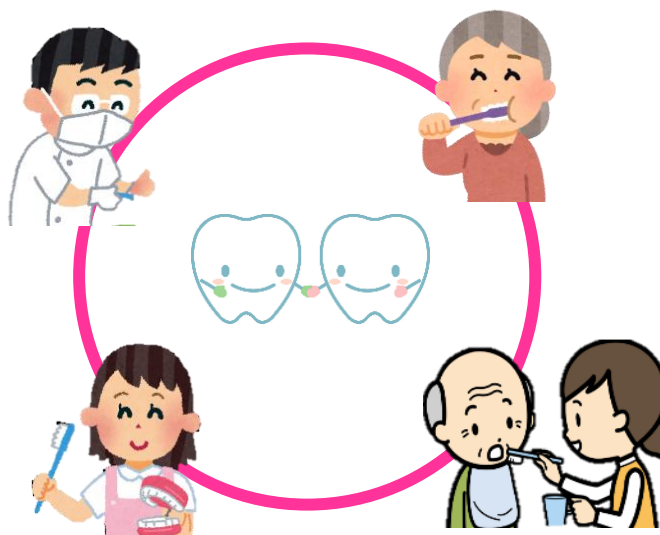
口腔ケアで最も大切なこと



私たちが行う口腔ケアだけでは、お口の健康は保てません。

かかりつけの歯医者を持ち、本人・家族・介助者とかかりつけの歯医者
が協力し合ってこそ、お口の健康を保つことができます。

口腔ケアと同時に、歯科受診の声掛けをぜひ行って下さい。





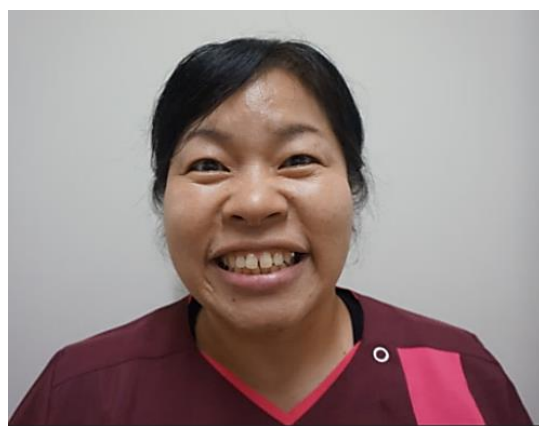
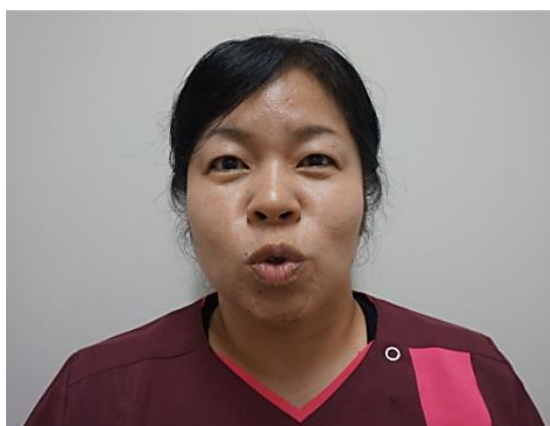
やってみよう！お口の体操



お口の体操は、おいしく安全に食べるための筋トシです！
食べる機能を低下させないようにし、誤嚥や窒息を防ぐことが期待できます。
唾液がよく出るようになり、舌がなめらかに動いて飲み込みやすくなります。
食前にやると効果的です！ぜひ一緒にやってみましょう！

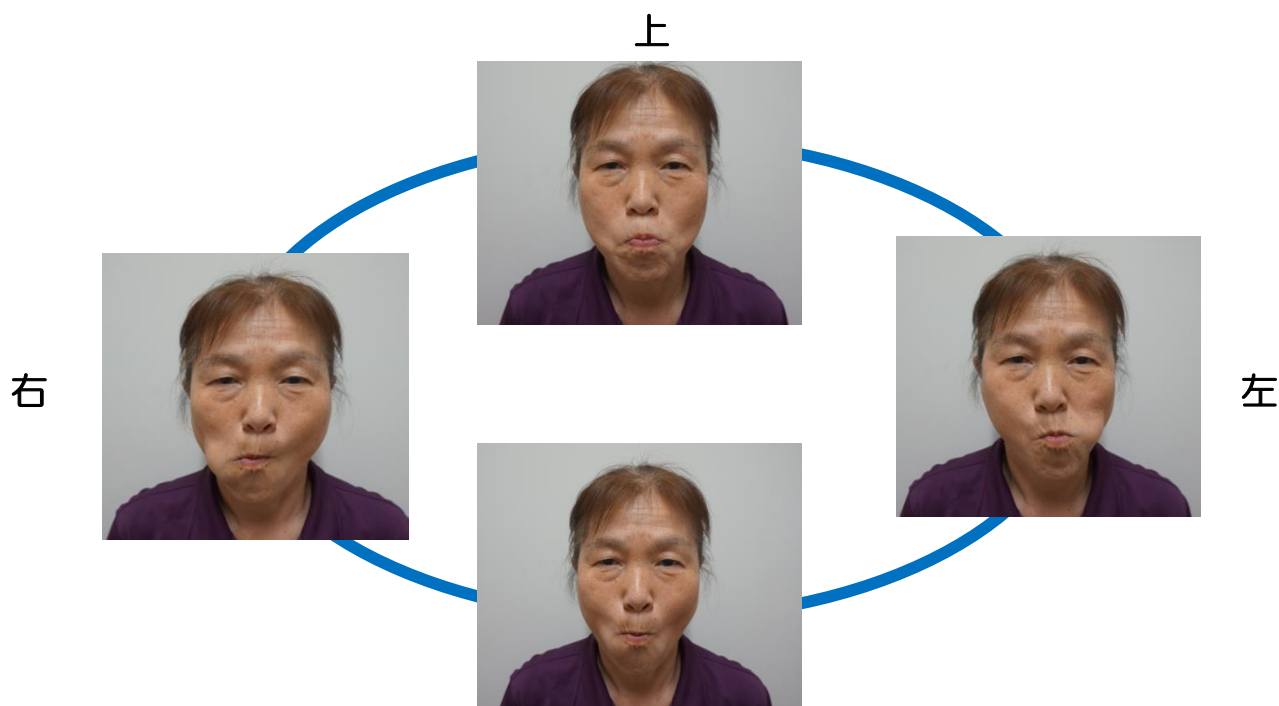
★唇の運動 2回

ウー、イーの口



★舌の運動 1回 : 舌を動かす力を強くします

お口の中で舌をぐるりと回します



舌を上下に出します



舌を左右に出します



★頬の筋肉の運動 2回 : 頬と口のまわりの筋肉を鍛えます

頬をふくらませ、すぼめます



★言葉の体操 : パタカラ体操

パ : 上下の唇の開け閉めの力が弱ると、吸ったり飲んだりすることが難しくなります。



唇を破裂させるように！

タ : 唇の先が弱ると、食べ物を押しつぶすのが難しくなります。



舌の先を歯切れよく！

カ : 舌の付け根が弱ると、飲み込むのが難しくなります。



舌の奥をのどに
押し付けるように！

ラ : 舌の先が弱ると、食べ物を丸めるのが難しくなります。



舌の先を
反らせるように！

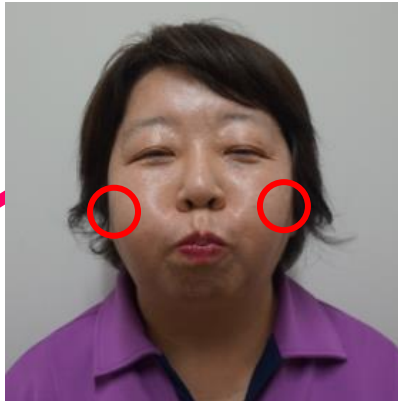
★ぶくぶくうがいにチャレンジ

うがい 30 秒でお口の機能があがります！

少ない量のお水でやってみましょう。

ペットボトルのキャップ1杯のお水でも、ぶくぶくうがいは出来ます！

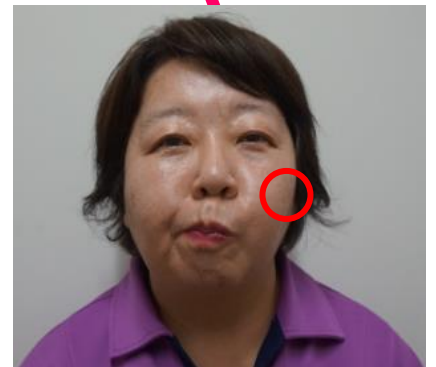
②両ほほ膨らませて



①右ほほだけ膨らませて



③左ほほだけ膨らませて



⑤下の唇を膨らませて



④上の唇を膨らませて

★唾液腺マッサージにチャレンジ

口の中が乾燥すると不衛生になり、口臭や誤嚥性肺炎の原因となる事もあります。また、口の中の乾燥を防ぐことで、食べ物が飲み込みやすくなります。唾液腺を刺激すると、唾液が出やすくなるので、唾液腺マッサージをしてみましょう！食前やお薬を飲む前などに行うと効果的です。

○耳下腺



指を頬にあて、
上の奥歯のあたりを
後ろから前へ

○顎下腺



親指をあごの骨の内側に当て、
耳の下から顎の下まで押します。

○舌下腺



両手の親指をそろえ、
あごの真下から舌を突き上げるように
ゆっくりグーッと押します。

Q&A 皆さんの疑問にお答えします！



Q

歯科受診をすすめたいが、経済的な面を心配される場合
どうすればよいですか？（高齢者・独居・近くに家族なし。
歯がぐらついたり歯ぐきが腫れている様子）

A

診療費は、保険診療の場合全国一律なので、それを安くすることはできません。
しかし、保険内治療でもその方法によって費用は変わります。
例えば、冠で被せるのか義歯で治療するのかで費用は
変わります。担当の先生によく相談して費用を聞き、
納得されてから治療を始めると良いと思います。
治療費の他に、通院できる方なら
通院手段によって交通費が変わります。
そこを工夫してあげると良いかもしれません。
通院できない方なら訪問診療になりますが、
通院の初再診料より訪問診療料の方が
高いのが現状です。



Q

口腔機能の見極めについて。
嚥下障害と咽頭の疾患の見極めが難しく VF などの検査に
繋がられない場合があります。
早急に発見するためにはどうすれば良いですか？

A

まず患者や介護者から訴えがある場合は、診察をお願いすると良いでしょう。
訴えの無い場合は、嚥下チェックシートを使って嚥下状態を確認します。
嚥下状態が悪いと判断されたら診察をお願いしても良いし、
スクリーニングテストを実施しても良いです。



代表的なスクリーニングテストは反復唾液嚥下テスト、
水飲みテスト、フードテストがあります。さらに必要が
あれば VF、VE などの精密検査となります。

Q

嚥下状態低下がみられるが、機能評価や食事形態についての相談窓口が難しいです。

A

基本的にはかかりつけの医師、歯科医師に診察してもらうのが良いでしょう。しかし対応できない場合は、その先生から西別府病院摂食嚥下外来を紹介してもらいましょう。

Q

認知症状が進行している方への口腔ケアが難しい。コツがあれば教えてください。

A

認知症状が進行しているといっても、どの型の認知症かによって対処が違います。それぞれの型の特徴を把握して対処することが必要ですが、典型的な症状を示さないこともあります。そのため、タイプ別・重症度別の特徴を頭におきつつ、その人個人をケアするという姿勢が必要になります。

Q

口腔ケアの便利グッズを教えてください。

A

あまり特殊な物は知りませんが、口腔ケアに使う物は患者さんそれぞれの程度に合わせて選択しなければなりません。歯ブラシ、歯間ブラシ、フロスの人もいれば、スポンジブラシと保湿剤の人もいます。ペットボトルを加工して吐き出す容器を作ったり、鼻が邪魔にならないコップを作ったりもします。また、100円ショップでも口腔ケアグッズコーナーがあったりします。100円ショップの中を口腔ケアに使えないかなという眼で見ると歩くのも良いですよ。



Q

患者とのコミュニケーションや信頼関係が浅く、初期のアセスメントで口腔の状態を聞き取りまでしかできず、状態確認までできない。どのように聞いたら良いか？
(義歯有無の確認はできるが、実際に口をあけてもらにくい)

A

なかなかお口の中を見せてもらうのは難しいですね。基本的には無理せず先ずは信頼関係を築くことが重要です。関係がこじれると取り返しがつかなくなります。義歯があれば先ず義歯を洗浄してあげ、義歯を入れる時に見たりします。義歯が綺麗になれば気持ち良いですね。

歯があればブラッシングしてもらい、うがいをしてもらって、食べかすが出てくれば、ブラッシングをお手伝いしてお口を綺麗にしてあげられます。快感を与えつつ信頼を築いていきましょう。



Q

電動歯ブラシの力の入れ方はどうしたら良いですか？

A

一般的に電動歯ブラシは毛先に振動が伝わるので、あまり力を入れなくて大丈夫です。力を入れてギュッと歯に押し当てると、振動が伝わらず効果が薄れますので要注意です。



もともと電動歯ブラシは手の不自由な人のために開発された商品ですから、対象者の状況によってはお勧めな場合もありますし、手が十分動く人にとってはかえって能率の悪い場合もあります。

Q

虫歯の穴に食べかすが詰まります。どうしたら取れますか？

A

基本的には、虫歯は埋めてもらって穴をなくすと良いでしょう。
そうすると入らなくなります。
歯科医院に通える人は通院し、
通えない人は訪問歯科診療を依頼して下さい。
そのままにしていると、だんだん穴が
大きくなってしまいます。



Q

入れ歯のバネをかける歯が抜けています。

A

入れ歯のバネをかけている歯が抜けると、入れ歯の安定は悪くなります。
そうすると、入れ歯と歯ぐきの間に食べかすが入ってしまいます。
歯科医師に修理してもらいましょう。



入れ歯のバネをかける
歯が抜けた状態

Q

歯ぐきから血が出ます。また、動いている歯があります。

A

歯ぐきからの出血や動いている歯は、典型的な歯周病の症状です。
歯周病の治療や抜歯が必要になることが多いです。
歯科医師に相談しましょう。
また、悪性腫瘍や、お薬によって顎の骨が壊死する病気もありますので、
歯科医師に相談して下さい。

Q

舌が白くなり、なかなか取れません。

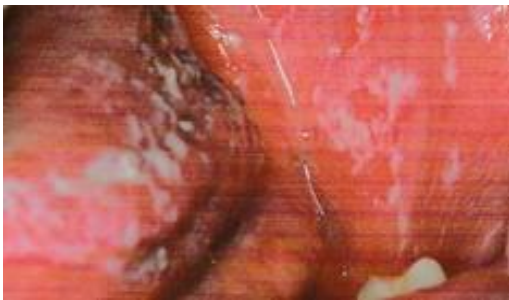
A

舌が白くなる原因で最も多いのは舌苔です。口腔乾燥症や口呼吸があると舌苔が付きやすくなります。無理にゴシゴシ擦ると舌の表面を傷つける事がありますので、十分保湿をした上で表面だけ取って下さい。

そして舌だけでなく口腔内全体を清潔にすることが大切です。それを2ヶ月ほど続けると取れていきます。

その他、口腔カンジダ症や白板症などとの鑑別診断が必要な場合がありますので、歯科医師に相談して下さい。

<口腔カンジダ症>



<白板症>



Q

入れ歯の取り外しの仕方は、どうしたら良いですか？

A

保険の部分入れ歯は、ほとんどの場合金属のバネが付いています。そこに指の爪をかけて取り外して下さい。

保険外の入れ歯は、特殊な取り外し方のものがありますので、その場合は歯科医院に相談して下さい。



Q

良く洗ってれば、入れ歯は一日中つけたままでも良いですか？

A

口腔内も入れ歯も、十分清潔に保たれていれば一日中つけていてもかまいません。特に総入れ歯や、部分入れ歯でも咬み合わせによっては、一日中つけていることを勧めています。咬み合わせがないと、下の顎が動き過ぎて顎関節を傷めます。

Q

歯石がついている時はどうしたら良いですか？

A

歯石は歯ブラシではとれません。歯石をとるには専用の道具も必要ですし、技術も必要です。歯科医院に通院するか、訪問歯科診療を依頼して下さい。

Q

口の中が乾燥している時は、どうしたら良いですか？

A

口の中が乾燥する原因はたくさんあります。

基本的には原因を除去することが必要です。

- 全身疾患（シェーグレン症候群や糖尿病など）
⇒原因の疾患の治療が必要です。
- お薬の副作用（利尿作用のある薬剤、抗うつ薬、抗ヒスタミン薬など）
⇒乾燥しにくいお薬に変更できるかなど、医師や薬剤師に相談すると良いでしょう。
- ストレスや口呼吸
⇒口呼吸の人は、まず鼻づまりがないか確認して下さい。
特に日中は鼻呼吸を心がけましょう。

Q

抜けている歯がありますが、部分入れ歯や総入れ歯を使っていません。歯ぐきが強くなったから、ご飯を食べる事ができているのですか？

A

いくら歯ぐきが強くなっても、

歯や入れ歯のように咬む力は高くありません。

十分咬めていないまま飲み込んでいると考えられます。



Q

欠けた歯や抜けた歯を、治療せずに放置していたらどうなりますか？

A

①欠けた歯を放置すると

⇒尖ったところが粘膜や舌を傷つけます。

②放置している期間が長くなると

⇒何度も傷つけ、その事が悪性腫瘍の原因になる事があります。

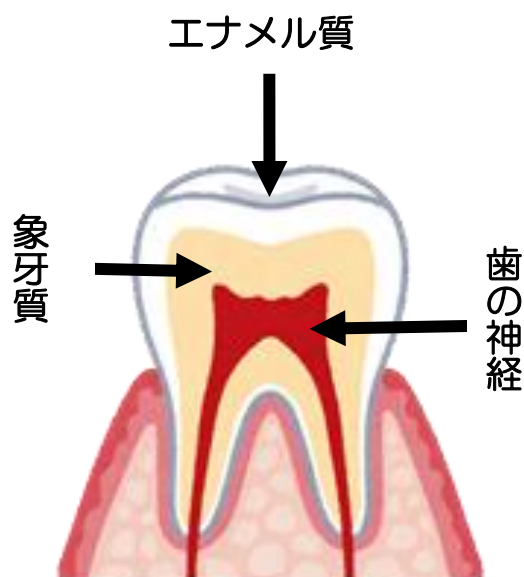
人間の歯の外側にはエナメル質があり、その内側には象牙質、さらに内側には歯の神経があります。エナメル質は硬いですが、象牙質はそうではありません。ですから、エナメル質が欠けて象牙質がむき出しになると、急激にむし歯が進行したり、しみたりします。

さらに放置すると、歯の神経までむし歯が進行し、歯の神経が死んでしまう事があります。

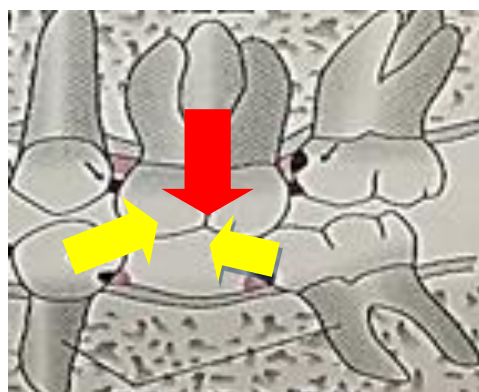
③抜けた歯を放置すると

⇒一般的には隣の歯が傾いたり、噛み合う歯がのび出てきます。

そのことで噛み合わせの面が崩れて、スムーズな噛み合わせができなくなったり、顎関節を痛めたりします。抜けた歯は放置せずに、歯科医師に診察してもらいましょう。



噛み合う歯が伸び出る



隣の歯が傾く



こながわ歯科医院
小名川 良輔 院長

臼杵市歯科診療所一覧

診療所名	所在地	電話	訪問診療
安藤歯科医院	臼杵市平清水 13 組	0972-63-6152	○
いとう歯科こども歯科	臼杵市大字市浜 1168 番地	0972-63-4182	○
臼杵病院	臼杵市大字江無田 1154 番地の 1	0972-83-8100	○
臼杵矢田歯科医院	臼杵市大字臼杵 2 の 107 番地の 720	0972-63-1168	○
江良歯科医院	臼杵市大字野田 221 番地	0972-63-0520	○
かねまつ歯科医院	臼杵市大字市浜 770 番地の 8	0972-63-3138	○
こながわ歯科医院	臼杵市大字臼杵 2 の 107 番地の 757	0972-63-2121	○
佐藤歯科医院	臼杵市新町 2 組	0972-62-2755	○
白玉歯科医院	臼杵市大字臼杵 109 番地の 3	0972-62-5558	○
陶山歯科医院	臼杵市唐人町 2 組	0972-63-6655	○
鳥越歯科医院	臼杵市大字市浜 692 番地の 1	0972-63-3118	○
藤澤歯科医院	臼杵市平清水 4 組	0972-63-7181	○
深江歯科医院	臼杵市大字江無田 384 番地の 6	0972-62-2112	○
りん歯科医院	臼杵市大字江無田 266 番地の 5	0972-83-8260	○
芦刈歯科クリニック	臼杵市野津町大字野津市 464 番地	0974-32-7700	○
岩田歯科クリニック	臼杵市野津町大字野津市 271 番地	0974-32-7220	○
杉山歯科医院	臼杵市野津町大字野津市 259 の 2 番地	0974-32-2167	×
陽だまり歯科医院	臼杵市野津町大字野津市北町 97 番地の 2	0974-32-7864	×



訪問診療をお願いするには？

臼杵市内の多くの歯科診療所は、
ご自宅や施設へ訪問し歯科診療を行っています。
かかりつけの歯医者へ連絡し、
訪問診療を希望している旨を伝えて下さい。





2018年 8月 第1版

臼杵市Z会議 リアル班 口腔ケアチーム（敬称略、順不同）

コア 妻 川 真理子（コスモス病院）

熊 井 和 子（在宅ケアだん・だん）

高 野 伸 介（四季の郷）

小名川 良 輔（臼津歯科医師会）

小 野 美 架（地域包括支援センターコスモス）

河 野 こずゑ（コスモスケアステーション）

野 上 友 代（臼杵市社会福祉協議会 訪問介護事業所）

大津留 ヤ エ（野津町ヘルパーステーション）

富 田 明 子（コスモス病院）

西 岡 博 美（コスモス病院）

在宅医療介護福祉連携拠点事業

臼杵市Z会議

所在地

〒875-0051

大分県臼杵市大字戸室字長谷 1131 番1

臼杵市医師会立コスモス病院内 地域医療福祉連携室

連絡先

TEL : 0972-62-5883 FAX : 0972-62-8404

E-Mail : iamsw@usukicosmos-med.or.jp

