

必要になります。しかし、高齢の方などで「噛めない」という人の中には食べ物をうまくまとめられない人が少なくありません。そういう方は本当に柔らかいものでも噛めません。周リからすると「こんなに柔らかくしても噛めないなんて筋力がすごく落ちた」と思ってしまう。しかし、上下の噛む力はそこそこあったとしても、食べ物をお口の中でコントロールする舌の動きが悪ければ噛めないのです。

簡単に観察する方法としては、お口の中に食べ物を入れて何度か噛んでもらい、途中で口を開けてもらいます。噛める方はある程度の塊になっていますが、噛めない方は口の中に食べ物が広がってしまっています。

もちろん皆さんが「へえ」と思うのは分かります。実は先日発表され

た厚生労働省関連の資料でも全く理解されていないなあとと思うものがあったくらいですから。

口腔ケアや介護予防事業などで口の体操と言って舌を動かしたり、歌を歌ったりするのは、まさに「噛むこと」を維持させるためなのです。「噛める力がある」ということではないんですよ。

### 食べる姿勢

先日から僕たちの仲間たちと新しい福祉用具開発に向けて活動を始めました。グループ名は「コンセプト」。もちろん、食を助けるものを考えていくグループです。新宿で活動する福祉用具専門相談員、理学療法士、管理栄養士、僕たち歯科医師、そして福祉機器のメーカーの方たちと。

皆で相談していくと、食べるときの姿勢がいかに大切かを考えさせられます。食べる機能が高い方であれば、多少姿勢が崩れていても食べることに影響はありませんが、機能が低下した方は少し首元が緊張するだけでも食べることが難しくなります。僕たちは歯科の立場でいろんな方に接していますが、他の職業の方は別の視点で見ているので話していて楽しいです。

そして最後は、「新宿ブランド」の有効な用具ができるといいですね。お楽しみに！

