

口から健康プログラム集計 平成23年10月1日～12月31日実施 10歯科医院 82名

社団法人桐生市歯科医師会 成24年3月5日作成 作成者：田中清貴・増山剛義・大澤遼

患者番号	病院名	性別	年齢	オーラルディアドコキネシス 回/秒							RSST 回/30秒		患者コメント	術者の主観的意見
				① パ	④ パ	① タ	④ タ	① カ	④ カ	ペン/機械	①	④		
1	塩崎歯科医院	男	77	5.4	5.3	5.2	4.5	4.8	4.2	機械	3	7	口腔ケアに対する意識も関心も強く持てるようになった。	お口の健康の重要性が十分に理解された。パタカの発音回数、唾液の飲み込み回数も増加してよい方向にあります。
2	塩崎歯科医院	男	69	7.0	8.0	7.3	7.6	6.8	7.3	機械	4	7	食事がおしく食べられる。健康になった気がします。(調子がいい)	お口の健康と体の健康の関係も理解され、熱心を受講されました。飲み込み回数も、パタカの発音回数もよくなっております。
3	塩崎歯科医院	女	71	6.0	6.6	5.0	6.6	5.8	6.6	機械	5	7	口腔ケアに対する意識が向上した。お口の体操を毎日続けているため、唾液が多く出るようになり、口の渇きがおさまってきた。	パ、タ、カの発音の回数が増えました。唾液の飲み込み回数も増えました。全体的に口腔ケアの正しい考え方を理解されました。
4	塩崎歯科医院	女	72	4.4	5.0	5.0	5.0	5.0	4.6	機械	7	5	口腔内の状態が以前より良くなった。お口が乾燥したら、唾液腺マッサージを行っています。	口腔ケアへの関心が高く、優秀な患者さんでした。口腔ケアの根本を理解していただき、さらに良いメンテナンスができると思います。
5	塩崎歯科医院	女	73	5.0	4.0	4.4	3.6	4.5	3.8	機械	5	11	お口の健康を前より意識するようになり、ブラッシングも前より時間をかけるようになった。	口腔の状態も良く、パタカの発音も良くなってきました。
6	塩崎歯科医院	女	77	4.5	5.6	4.6	6.2	4.7	6.0	機械	3	7	体調が良くなった。口唇が渇かなくなった。唾液もマッサージによって分泌が増えた。友達にも口腔ケアの大切さやお口の体操を教えてくれている。	パ、タ、カの発音、飲み込みの回数が増えました。唾液の分泌量が上がりました。口腔ケアの知識が向上し、日常生活に生かしておられます。
7	塩崎歯科医院	男	82	3.1	3.4	2.7	3.8	3.0	4.0	機械	5	6	口腔ケアを通して今までよりブラシに気を遣うようになった。お口の体操は丁寧に行っているが、急ぎすぎてしまう傾向あり。	口腔ケアへの理解も深まり、お口の体操も、パタカ発音、飲み込み回数ともに向上しています。今回の内容を継続して、楽しい会話・おいしい食事のできる環境を作ってください。
8	塩崎歯科医院	女	71	4.8	4.2	4.4	4.0	3.8	4.0	機械	4	5	息が続くようになり、発音も良くなった。唾液腺のマッサージをすると唾液が出るようになり、口内炎もできなくなった。	口内炎が少なくなったのも、今回のプログラムの成果と考えます。パタカの発音回数も増加し、飲み込み回数も上々です。日頃より、口腔ケアについては熱心ですが、今回のプログラムで、より一層の理解を深められました。
9	塩崎歯科医院	男	68	6.2	5.4	5.2	5.4	5.5	5.2	機械	4	4	意識が変わった。歯の大切さがわかった。唾液腺のマッサージを続けてみて唾液が出てくるのを実感してきた。	パタカの発音の向上、唾液の飲み込み回数の増加がみられます。ブラッシングやお口の体操もお家で努力していただきました。
10	塩崎歯科医院	男	85	4.7	6.4	5.7	6.6	5.6	6.0	機械	5	4	ブラッシングに対しての関心が強くなった。お口の体操をしておいた実感はあまり感じない。	パタカの発音回数、唾液の飲み込み回数が増えました。口腔ケアの正しい知識が身につきました。

患者番号	病院名	性別	年齢	オーラルディアドコキネシス 回/秒							RSST 回/30秒		患者コメント	術者の主観的意見
				① パ	④ パ	① タ	④ タ	① カ	④ カ	ペン/機械	①	④		
11	金子歯科医院	女	76	5.4	6.4	5.4	6.2	5.8	6.6	ペン	5	7	口腔ケアを続けていくことで、食事はおいしくよく噛んで、いつまでも健康体で生活できるようにしたい。口の中の清潔と歯みがき、口の運動、深呼吸、パタカの動きなど続けていきます。	パタカの発音回数、唾液の飲み込みの回数が増えました。義歯装着時の回数が両テストとも多いので義歯を常に入れることをお勧めします。
12	金子歯科医院	男	79	5.4	6.6	5.4	6.4	5.0	6.0	ペン	3	7	歯磨きの回数が2回から3回に増えました。プログラムを始めてからあまり効果が出ているかわかりませんが体操、顔面体操、舌のストレッチ、唾液腺マッサージは毎日行っております。	パタカの発音回数、つばの飲み込みテストで回数が増えました。自分の歯と入れ歯の手入れを丁寧に行ってください。
13	金子歯科医院	男	79	5.6	6.4	5.4	6.2	4.8	5.6	ペン	3	5	大変参考になりました。特に、唾液腺マッサージは毎日行いたいと思います。8020は頑張りますのでよろしくお願ひいたします。	パタカの発音回数、つばの飲み込みテストで回数が増えました。食事時のむせの改善のためにも口腔機能体操を続けていただき、楽しく、おいしく食事ができるよう応援しております。
14	金子歯科医院	男	71	5.8	6.4	5.8	6.6	6.2	6.8	ペン	6	7	今まで特別に歯の健康を意識してきませんでしたが、8020プログラムを4回にわたって受講し、あらためて歯は健康の源泉ということを実感しました。自分の歯を大切に、これからも元気で健康な生活が送れるようにしたい。目標は80歳になっても全部が自分の歯でいられること。	パタカの発音回数が増え、つばの飲み込みテストでは4回の平均が6~7回で理想的な結果でした。これからも何でもおいしく食べられ、笑顔でいられるように応援しております。
15	金子歯科医院	女	66	6.4	8.6	6.6	8.6	6.6	8.8	ペン	15	24	健康に対する認識が高まったことと同時に、20本の歯を残すことの難しさを知った。奥歯が1本欠けただけでも大変な思いをしているのに老後を悲観している。健康管理に十分注意したい。	パタカ全てにおいて回数が増え、つばの飲み込みテストでもたくさん飲み込むことができていました。新しいことを取り入れ、自分の力にしていることはとても素晴らしいことです。
16	金子歯科医院	男	73	5.2	6.2	5.2	6.0	5.2	6.4	ペン	3	5	口腔ケアの話聞き、歯の正しい磨き方、口・舌・あごを動かす運動をして食事をおいしく食し、余生を楽しく過ごす。	パタカの発音回数、つばの飲み込みテストにおいて回数が増えました。今後も、口腔体操を続け、食べ物が飲み込みやすい状態でいられるように頑張ってください。
17	金子歯科医院	女	71	5.4	6.8	5.2	6.6	5.2	6.0	ペン	4	8	口の中の健康とは、ただ歯を磨くことだけではなく、体全体の健康を守ってくれることだと改めて知りました。口腔体操で唾液の出し方などを知ることができました。風邪は万病のもとと言われますが、歯の病氣も万病のもとだと思います。歯の勉強ができたことはよかったです。	パタカの発音回数、つばの飲み込みテストで回数が増えました。義歯装着時のほうが両テストとも回数が多くなっていたので義歯をうまく使っていけるとよいと思います。
18	金子歯科医院	男	77	5.8	7.2	5.6	6.6	6.0	6.4	ペン	7	16	口腔に対する意識が改めて得られた。日常の衛生管理の大切さが理解できた。はじめは、歯みがき、口腔のストレッチなど面倒だったが、しだいに爽快感が得られ現在も少しずつ続行中。続けられるのは、リーフレットの内容が少しわかりかけてきて精神面での効用があるからかもしれない。(ストレス発散の効果、家族との円満な関係の保持など)	パタカの発音回数、つばの飲み込みテストで、回数が増えました。義歯装着時のほうが、両テストともに、回数が多少多くなっていたので義歯をうまく使っていけるとよいと思います。
19	金子歯科医院	女	73	4.8	7.0	5.0	7.0	5.2	6.6	ペン	3	4	最初は、この運動(プログラム)を続けることができるか自信がありませんでした。口腔ケアにはたくさんの効果があると知り、勉強になりました。毎日カレンダーにO印が増えるたびにやる気が十分になります。今では、いつでもどこでも実行し、これからも自分自身のために続けていきたいと思っています。	パタカの発音回数が増えていました。つばの飲み込みテストはいずれも3~4回となっていたので今後も維持できるとよいと思います。義歯装着時および非装着時のテストの差はあまり見られませんが、かみ合わせや、体のバランスを考えると義歯を入れているほうがよいと思われます。

患者番号	病院名	性別	年齢	オーラルディアドコキネシス 回/秒							RSST 回/30秒		患者コメント	術者の主観的意見
				① パ	④ パ	① タ	④ タ	① カ	④ カ	ペン/機械	①	④		
20	金子歯科医院	男	76	5.8	8.6	6.2	7.8	5.8	7.0	ペン	3	6	プログラムを行っていく中で今までいかにケアに対して無知であったかに気づき、それ以降日々ケアに対する必要性を感じ継続するよう努力しています。ケアを始めてから顔全体のイメージが良い方向に変化してきているように思います。これからも健全な歯を1年でも長く、1本でも多く維持していくように努めていきたいと思っています。	パタカの発音回数が増えました。つばの飲み込みテストでも最高30秒間に7回飲み込むことができていました。全て自分の歯ということでもとても理想的です。今後も、口の中の管理を忘れず、何でもおいしく食べられ、笑顔でいられるよう応援しております。
21	ますやま歯科医院	女	67	3.7	5.0	4.9	5.0	4.9	5.0	ペン	5	5	発音がおもしろく、楽しくできました。機能を知ることができてよかった。パタカは続けていきたいと思いました。	早口言葉など口の機能を使用することによって筋肉が鍛えられてきたように思います。継続して行うことで、機能を維持していくことができると思っています。
22	ますやま歯科医院	女	68	4.8	5.8	4.2	5.3	3.3	5.5	ペン	5	3	口の機能をたくさん知ることができてよかった。先のためになる、体操や発音は他の人も行ったほうが良いと思った。	お口の体操など、楽しんで行うことができました。パタカの発音回数、RSSTも回数が向上した。
23	ますやま歯科医院	女	74	3.2	4.9	3.2	4.2	3.0	3.8	ペン	2	2	体操はするだけ効果があるので、続けたほうがよいと思いました。続けていきたいと思っています。知らないことがたくさんあり、びっくりしました。	パタカの発音回数、RSSTの回数ともに増え、発音はハッキリ・力強くなりました。
24	ますやま歯科医院	男	69	3.0	4.9	2.4	4.8	2.7	4.4	ペン	1	2	朝、口の乾燥がなくなってきたのは機能体操の効果かもしれない。発音回数が多くなったのは自分でも気がつかない結果だった。片側の頬の膨らませができなかったのが少し残念だった。	笑顔が増え、測定結果も良好でした。機能体操など続けていただけたことが口腔の機能アップにつながったと思われる。
25	ますやま歯科医院	女	68	4.2	4.2	4.1	5.0	3.4	5.2	ペン	2	2	体操など忘れてしまうこともありましたが、唾液腺マッサージは続けていきたいと思っています。いろいろな口の機能が知れてよかったと思います。	パタカの発音回数が増えました。よい結果が出て御本人もやりがいがあったとのことだったので、今後も楽しんで続けていけるといいと思います。
26	ますやま歯科医院	男	71	2.8	5.0	2.9	5.0	2.5	4.8	ペン	3	5	よい意識づけになりました。唾液腺のマッサージをしたり、知らなかったことがわかったので、おもしろかった。家族で体操も続けていきたいと思っています。	パタカの回数、RSST、ともに回数の増加がみられました。口腔清掃状態も良好。
27	じゅん歯科医院	男	71	5.8	6.0	5.8	6.1	5.2	4.9	ペン	7	8	こういう機会を与えて頂き参考になりました。続けて実行していきたいです	朝食前のブラッシングを行うようになり、舌ブラシ使用し舌の清掃も行うようになり口臭も軽減。義歯も毎食後は必ず清掃するようになり、洗浄剤の使用も始めた。
28	じゅん歯科医院	男	74	5.3	4.0	4.8	4.0	4.2	4.0	ペン	4	4	歯の大切さが良くわかりました。食べ物の通りが良くなったような気がします。	以前から汁物を飲むときに少しむせたり、食べにくかったが、訓練後飲み込みが良くなったという。食後のしゃっくりもなくなったとの事。このまま、口腔機能体操やマッサージ等毎日行うよう指導。
29	じゅん歯科医院	男	73	6.5	5.9	5.6	5.7	5.5	4.6	ペン	6	6	舌苔が減るなどの改善がみられてよかった	舌ブラシの使用を指導後舌苔が少なくなってきた。義歯も洗浄剤だけでなくブラシで清掃するようになった。口腔細菌が全身疾患にも影響していることも理解してもらった

患者番号	病院名	性別	年齢	オーラルディアドコキネシス 回/秒							RSST 回/30秒		患者コメント	術者の主観的意見
				① パ	④ パ	① タ	④ タ	① カ	④ カ	ペン/機械	①	④		
30	じゅん歯科医院	男	75	4.8	6.0	4.6	6.0	4.7	6.0	ペン	3	3	歯の指導ありがとうございました	毎日口腔機能体操等を行ってもらい、義歯を入れてスムーズに会話ができるようになってきた。歯も今まで磨けなかった部位も徐々にきれいに磨けるようになってきた
31	じゅん歯科医院	女	74	4.8	5.0	5.3	5.0	5.2	6.0	ペン	4	8	歯の健康の話で大変ありがたい事は、歯の磨き方と舌の清掃でこれからも参考にし実行していきたい	今後も自分の歯でしっかり食事をして頂くために8020運動を目標にブラッシングの大切さ理解して頂いた。
32	じゅん歯科医院	女	71	6.2	6.6	6.7	7.0	6.8	7.1	ペン	4	4	口の運動はあまりしてなかったので、今回指導を受け、年につれて頑張っていきたいと思った	元々口腔ケアには関心があり、ブラークも少なく、自分なりの方法で体操を行っていた。唾液分泌が少なく、口が渇くため、機能upのマッサージ指導することにより以前よりupしたので、友達にも教えたいと言っていた
33	じゅん歯科医院	男	84	4.2	4.8	4.8	5.5	4.3	5.1	ペン	2	3	今回の指導で気がつかなかった所まで気が付くようになった。口の中だけでなくいろいろな点に気を使いつつも実行しようと思う	歯間ブラシ、舌ブラシも使用しはじめ、口腔内の汚れを減らす大切さを理解してもらった。パタカラ発声は夫婦で行っている。口が渇くので唾液量はすぐに変化はないかもしれないがマッサージの有効性とゆっくり噛むことの重要性を説明した
34	じゅん歯科医院	女	81	4.6	5.5	4.5	5.8	3.4	5.7	ペン	3	3	毎日続けていきたいです	自覚はないが唾液量が少ないと伝え、機能向上に向けて体操を教えた結果、パタカラ発声はテーブル前に紙をはり忘れないようしたり、お風呂で体操をしている。持続することで、飲み込みがスムーズになる大切さを理解してもらった
35	じゅん歯科医院	男	85	4.4	4.9	4.3	6.2	4.8	6.0	ペン	3	2	参考になりました	口腔機能体操は、はじめは行っていたがあまり習慣にならなかったそうなので、機能低下等再度説明。義歯の清掃ブラシを使い洗浄するようになった。定期検診の重要性を理解してもらった
36	すなが歯科クリニック	男	70	6.5	6.3	6.5	6.2	6.2	6.4	ペン	3	2	言語がはっきり言えるようになった。つばが長く出るようになった。歯間ブラシの回数が増えた。歯ブラシをやわらかいものに替えた。妻の努力、応援があった	口腔機能体操は、自分のペースでゆっくりと行い、続けて行うことにより今の状態を維持できると伝えた。お口の体操は気楽にできるが、唾液腺のマッサージはタイミングが難しいと言っていた
37	すなが歯科クリニック	女	68	5.6	3.9	5.2	5.0	4.6	4.4	ペン	4	5	これからも出来ればやってもいいと思う。首をまわすとなんとなくすっきりした。口の周りの運動は、しわがとれると思う。テレビでやってみました	健康状態は良好。口腔機能の低下はみられず、検査にも大きな変化は認めなかったため、今の状態を維持できるようにするとよい。唾液腺のマッサージをしてから嚥下体操をするようにすすめた
38	すなが歯科クリニック	男	74	7.0	7.1	6.6	6.5	6.5	6.5	ペン	11	6	食事が楽しくできるようになった。また、日常的に歯に対する配慮を考えるようになった。	健康状態は良い。元々口腔機能が良く、検査にも大きな違いはみられなかった。体操やマッサージをすることで唾液の出しが良くなる効果が出た。お風呂で唾液腺のマッサージなどやっているとのこと
39	すなが歯科クリニック	女	79	5.0	4.6	5.5	5.1	4.9	4.5	ペン	9	5	最初は忘れることが多かったが段々慣れてきて日課になった。言葉が出やすくなった。食事がおいしく頂けました。唾液がよくできるようになった	バサついた物が飲み込みにくく、また弾力性の物は噛みにくく、飲み込みや発声は機能上問題なかった。機能体操することにより発声しやすくなり、唾液の分泌が良くなっている。
40	すなが歯科クリニック	女	68	7.2	5.1	6.6	4.6	6.4	6.2	ペン	6	6	楽しい作業でした。パタカラは舌の動きが良くなった気がします。唇の動きもよくなりましたので、口の筋肉が楽になってきたように思います。これからも持続してやっていきたいです	発声回数は少し減っているが、体の調子によるもので機能的には良い状態。飲み込みもしっかりできている。嚥下体操は少しやりづらいそうなので無理せず自分のペースで行ってもらおう

患者番号	病院名	性別	年齢	オーラルディアドコキネシス 回/秒							RSST 回/30秒		患者コメント	術者の主観的意見
				① パ	④ パ	① タ	④ タ	① カ	④ カ	ペン/機械	①	④		
41	すなが歯科クリニック	男	71	6.1	6.5	5.9	5.8	5.4	6.4	ペン	3	6	口腔ケアの体操(運動)は高齢者には必要と思います	口腔機能検査では初回時に比べ、RSSTが増えた。パタカラ発声がスムーズに出来ていた。いびきが少なくなり本人も喜んでた。口腔内に興味をもってもらい、歯肉炎症に早めに気づけるようになった
42	すなが歯科クリニック	女	73	5.9	6.0	5.9	6.0	5.7	5.5	ペン	4	4	毎日コンスタントに練習できなかったので反省しています。いびきが小さくなった。言葉がはつきりするようになった、と他人に言われた。今後行い、周りの人にも一緒にするようにすすめたいと思う	機能テストの数値は大きな変化はないが発声が以前より滑らかになったこと、友人にいびきの減少に気づいてもらったことから機能低下せず、少し向上した。友人といっしょに楽しみながら体操を継続して行っていくとよい
43	すなが歯科クリニック	女	78	6.0	3.7	5.2	4.2	3.6	3.8	ペン	2	2	やってみてとても良かったです。これからも続けていきたいです	最初は嚥下体操をするとなかなかスムーズにいかなかったが続けていくうちに飲み込みがスムーズにできるようになった。RSSTは2回だったため機能維持、向上のため口腔体操を続けて頂ければ良い
44	すなが歯科クリニック	女	78	6.0	6.6	6.3	6.3	6.5	6.6	ペン	5	4	健康状態を持続できるように日常生活の中で気楽に取り組める体操を教えてもらい、自分にとってプラスになりました。これからも継続していきたいです	オーラルディアドコキネシス、RSSTテストの回数に増減はなかったが、嚥下体操をスムーズに行えるようになったことから機能回復は少しあったと思われる。また健康維持に意欲的になった。ラの発音が困難であった
45	相生なかじま歯科医院	女	78	5.9	6.3	5.6	6.1	6.0	6.0	ペン	5	3	いろいろな情報や知識を得ることができて良かった。今後の生活、人生に役立てていきたい	舌の動きでタ、ラは難しい。車の中でパタカラ発声としていた。ひき続き実践させる。歯ブラシの選び方がわからないため説明。唾液腺マッサージで顎下腺教えたが、位置がわからなくなったとのこと
46	相生なかじま歯科医院	女	70	5.5	6.8	5.8	6.8	6.0	5.9	ペン	3	4	歯を丁寧に磨くことに対しての感心が高くなった。機能を維持するための体操を知ることができて良かった	嘔吐反射があり舌磨き指導したが反射がひどかった。電動ブラシの種類、利点、欠点について説明。顔面麻痺になったことがあり、パタカラが発音できることの喜びがあった。真面目な方なのでストレスにならないよう自分のペースで機能体操等行ってもらう
47	相生なかじま歯科医院	女	69	6.5	7.2	7.0	7.1	7.1	7.3	ペン	3	3	口腔ケアの意識としては、歯をきれいに磨いて、歯科でクリーニングを受けることだけだと思っていたが、機能的な口腔ケアを知ることが出来、早い段階で知識を得ることが出来て本当によかった	唾液分泌少く舌がひりひりしてた。頬の片方ずつのふくらませができなかった。唾液腺マッサージ、嚥下体操を繰り返させたら、舌痛症が落ち着き唾液がさらさらしてきた。頬に関しては口輪筋を鍛えるため口の周りの筋肉を意識的に動かさせた
48	相生なかじま歯科医院	女	73	7.2	7.4	7.7	8.0	7.2	6.4	ペン	3	5	年をとっているから、これからより良い生活を送れる為にいろいろな事を教えてもらいよかった	プログラムを行う前はパンを牛乳に浸しながら食べていたが、今はパンとコーヒーを交互に食べることができた。また、舌の味覚がもどってきたと言った。舌ブラシで舌の清掃をさせた
49	相生なかじま歯科医院	女	73	5.5	5.5	5.0	6.0	4.9	6.0	ペン	3	4	ほほをふくらませてみると空気をためることが出来ず、機能が低下していることを認識できて良かった。早いうちに知っておくと将来に役立つ情報を今回プログラムにて知ることが出来て良かった。定期検診に必ず通う	ごっくんとのみずらく、時々むせる。口に空気がためずらく漏れてしまう。舌苔が付着しているので1～2日に1回は忘れずに行うようした。唾液腺マッサージで痛くなってしまったため圧力加減を指摘
50	相生なかじま歯科医院	女	70	6.0	6.2	4.8	5.7	5.5	5.6	ペン	2	3	今後の健康維持の為に役立つ知識を得ることが出来てよかった。保健センターで講習を受けた以上の事を丁寧にやってもらえてうれしかった	うつ傾向の時期にむせやすかった事もあり、嚥下体操の練習を重点的に。今回のプログラムで得た内容を今後の健康維持の為に是非役立ててもらいたい。糸ようじは、歯肉と切ってしまいそうで怖いと言われた
51	相生なかじま歯科医院	女	77	4.6	4.9	4.6	5.3	4.2	5.3	ペン	4	4	市での教室へも参加していたので、内容は同じになってしまったけど、時間があるときには体操はしている	口が乾き、食べながらこぼしてしまうため、唾液腺マッサージを毎日している。市の健康教室で講習を受け学んだ。食べこぼし予防としてパタカラで口輪筋を鍛えさせた。人と会話することが楽しいため舌の動きは平均に比べ高い

患者番号	病院名	性別	年齢	オーラルディアドコキネシス 回/秒							RSST 回/30秒		患者コメント	術者の主観的意見
				① パ	④ パ	① タ	④ タ	① カ	④ カ	ペン/機械	①	④		
52	相生なかじま 歯科医院	女	75	5.4	6.4	5.2	6.2	5.2	6.0	ペン	2	3	唾液の分泌が体操を始める前よりも増えてうれしい	唾液の分泌が悪く乾燥気味。唾液腺のマッサージをさぼると分泌が低下する。口腔ケアの大切さ、健康で若々しい生活を保つ。歯間ブラシの通し忘れがある
53	相生なかじま 歯科医院	女	74	5.1	5.5	5.0	5.0	5.1	5.2	ペン	1	2	思ったよりも唾液がでないのを知りびっくりした。これからの健康維持のために役立ててゆきたい	嚥下力の低下、唾液減少の為、RSST少ない。唾液腺マッサージ、嚥下体操がしっかり行えているかチェックした。すべての体操をお風呂で実行しようとしていたそうだが、覚えられず、バタカの発声練習だけしていたと言われた。お口の機能維持のため続けてもらおうにした
54	ほしの歯科	女	76	7.0	7.0	6.0	6.2	6.6	6.8	機械	4	4	口の端に食べ物がついていることを家族から指摘されることが少なくなったように感じる	口臭、食べこぼしをしないようにすることを目標にし機能体操等指導。その結果、患者自身気付いた時には、顔面体操をしていて、唾液腺マッサージはTVを見ながら行っていたこと。以前より唾液分泌が多くなった。また、食べこぼしも以前よりなくなった。
55	ほしの歯科	男	78	5.0	6.0	5.6	5.4	4.8	4.2	機械	1	2	唾液がよく出るようになった。歯磨きも上手になった。	唾液量の増加あり。むせの改善、ブラッシング時の歯肉の痛みは軽減。
56	出井歯科	女	79	5.6	6.1	5.8	5.7	5.2	5.3	ペン	3	3	体調は安定しないが、できる時にがんばります。	高齢と体調の様子により無理せず体操を継続すること。
57	出井歯科	女	73	6.6	5.7	6.2	5.2	5.5	4.7	ペン	7	7	体操を習慣化するのが難しい。	口腔ケアの重要性、有効性はよく理解している。体操の習慣化を目標にして頂く。定期的な復習が必要
58	出井歯科	男	76	4.9	5.1	5.4	5.5	6.7	6.4	ペン	2	3	口腔ケアの内容と重要性を知ることができました。普段無意識にしている口の働きがどういふことかわかりました。体操と清掃をしっかりと実施したいと思います。	口腔ケアの内容は理解してもらった。歯肉を中心にした定期検診と体操の習慣化、舌の清掃の習慣化を目標にして頂く。
59	出井歯科	女	67	6.6	6.5	7.0	6.9	5.3	5.4	ペン	7	5	口の様々な機能を知り、それらを維持するための口腔ケアを知ることができ、よかったです。これからも体操、清掃、定期検診を続けていきたいです。	体操の習慣化に努めてもらう
60	出井歯科	女	67	6.8	6.9	6.0	6.7	6.0	7.0	ペン	3	4	なぜ口腔ケアが必要なのかいろいろ知ることができた。これからも、口腔ケアを続けていきたい。	口腔清掃や定期検診など意識は高いが、ムラなく各種体操や清掃に取り組んでいただくように指導をしたい。各種体操をすると、動きが良くなったようだ。
61	出井歯科	男	69	5.6	5.8	6.2	6.0	5.7	6.3	ペン	5	5	口腔ケアは全身的にもまたアンチエイジングにも良さそうなので、これからも続けていきます。	体操を根気強く続け、習慣化して頂く。
62	出井歯科	女	69	6.4	5.5	6.3	6.9	5.8	5.6	ペン	4	2	良い機会に恵まれました。色々な知識が得られ良かったです。これからも現状を維持したい。定期検診を続けていきます。	定期検診時に体操を確認する

患者番号	病院名	性別	年齢	オーラルディアドコキネシス 回/秒							RSST 回/30秒		患者コメント	術者の主観的意見
				① パ	④ パ	① タ	④ タ	① カ	④ カ	ペン/機械	①	④		
63	出井歯科	男	70	5.5	7.5	6.4	5.9	5.7	6.1	ペン	3	3	子供のころから体が弱く、健康管理には気を使っていたつもりだが、口の健康はあまり気にしていなかった。今回重要だと知り良かった。清掃、体操を続けていきたい。	健康への意識は高いので、口腔機能をよく理解してもらい機能の維持、増進に関心を持っていただきたい。「か」が発音しづらいとの事、反復して体操をしてもらう
64	出井歯科	女	69	5.0	4.8	5.5	5.6	5.5	5.5	ペン	4	2	口の大切な色々な役割しり、機能維持の大切さを知ることができました。	体操により口の動きが柔らかくなった。食事中のむせが少なくなってきた。効果を感じているので継続の足掛かりになりそうだ。
65	出井歯科	男	69	7.4	7.0	7.0	7.5	6.5	8.0	ペン	6	5	口腔ケアの重要さがわかり良かった。これからも体操続けていきたい。	体操の習慣をつけてもらう
66	小林歯科クリニック	女	80	4.3	/	5.2	/	4.3	/	ペン	2	/	体調不良により中止	体調不良により中止
67	小林歯科クリニック	男	85	5.8	6.6	5.5	6.2	5.6	6.1	ペン	3	2	今後の歯の健康に役立ちました	口腔清掃が改善し、本人の意識の中にはっきりと前向きな変化が現れた
68	小林歯科クリニック	女	82	3.5	4.0	4.6	3.7	3.9	4.3	ペン	2	3	よく面倒を見てもらいました	家での実践ができない。その都度声掛けが必要。口腔内の清掃は定期的なクリーニング必要
69	小林歯科クリニック	女	78	5.6	4.7	4.9	4.8	4.8	4.0	ペン	3	3	知らないことが解り、ためになりました。できることからやっています。	現状維持。口腔に対する意識は向上。やや前進したようだ
70	小林歯科クリニック	女	73	5.6	4.9	5.6	5.4	4.5	5.0	ペン	2	3	受講してとてもよかったです。	体操の成果がよく出た。頬の動きがとてもよくなった。ブラークコントロールが改善した。
71	小林歯科クリニック	女	72	5.6	4.9	5.8	5.1	5.4	4.3	ペン	3	3	気づかなかったことが、よくわかりました。	健口体操の継続により、口渇が改善された。本人が変化に気付かれたことが良い結果だと思う
72	小林歯科クリニック	女	69	5.3	5.8	6.7	4.6	5.4	4.6	ペン	1	3	口の体操を教えてもらい気分が良くなった。口の中もきれいになり、人にも教えてあげられる。	健口体操が定着しつつあり、口腔乾燥が改善傾向にある。
73	小林歯科クリニック	男	74	5.6	5.2	4.7	5.2	5.1	5.6	ペン	3	4	健康のために口の中をきれいにする必要があることを改めて認識した。今後もトレーニング続けたい。	十分な口腔清掃は得られなかったが、意識は向上した。

患者番号	病院名	性別	年齢	オーラルディアドコキネシス 回/秒							RSST 回/30秒		患者コメント	術者の主観的意見
				① パ	④ パ	① タ	④ タ	① カ	④ カ	ペン/機械	①	④		
74	小林歯科クリニック	女	74	4.9	5.1	4.8	5.1	4.7	4.5	ペン	3	3	ためになりました。	ブラッシングのテクニックが向上し、口腔環境は良くなった。体操の習慣化を強調した。
75	小林歯科クリニック	女	76	6.2	6.0	5.6	5.0	5.9	4.9	ペン	3	3	舌がよく動くようになったようだ。 つばが気管に入るのがなくなりとても良かった	体操の継続により主訴であるムセの軽減が実現できた。
76	かねこ歯科医院	女	81	3.5	3.7	3.4	3.8	3.3	3.5	機械	1	1	歯磨きは難しい。清掃不良と口臭の関係がわかった。	3回の指導では清掃状態は改善しなかった。 継続的な定期検診と体操が必要だ。
77	かねこ歯科医院	女	69	5.4	5.6	5.1	5.4	5.0	5.3	機械	3	3	唾液腺マッサージは初めて聞いた、これからも続けたい。	意識は高まってきたが、口腔と全身の関係を理解してもらいたい
78	かねこ歯科医院	女	69	6.2	6.5	6.0	6.2	5.6	5.6	機械	5	5	口と全身の機能が連動していることがわかった。	短期間でセルフケアを習慣化できた。
79	かねこ歯科医院	男	72	5.3	5.8	6.0	6.8	4.1	5.1	機械	2	3	今まで口の体操の概念がなく、おもしろかった。	人前で話す機会多く、発音に興味を示しバタカ、舌体操を励行した結果がよく現れた
80	かねこ歯科医院	男	78	5.3	5.5	3.9	4.0	4.5	4.7	機械	6	5	唾液、筋肉は大切だと知った。 歯肉のマッサージで歯周病の予防ができてうれしい。	口腔清掃指導で、口臭の軽減、歯肉炎の軽減を本人に知らしめた。
81	かねこ歯科医院	男	75	4.1	4.8	5.4	5.4	4.2	4.4	機械	4	5	清掃だけではなく、色々な機能が大事だと分かった	唾液量の増加、嚥下機能の向上がみられる
82	かねこ歯科医院	女	75	4.5	4.6	4.8	4.5	5.3	5.6	機械	0	2	自分は唾液を飲み込むのが苦手とわかり、体操を覚えてもらい勉強になった。	RSSTが0から2回と短期間で向上した。 体操を習慣化してもらおう。