

2018年4月

# Fleur de soleil

\*フルール・デ・ソレイユ：フランス語で太陽の花“ひまわり”を意味します\*



ひまわり歯科

〒940-0864 新潟県長岡市川崎2-2478-1  
TEL：0258-37-7778 / FAX：0258-37-7775  
HPアドレス <http://www.himawari-dental.jp/>

## 院長挨拶

寒くて熱かった平昌（ピョンチャン）五輪を私は家族と一緒に応援し、日本や世界の技に感動しました。特に、日本人選手の活躍は素晴らしかったですね。



さて、2018年（平成30年）4月は、2年に一度の保険診療と3年に一度の介護保険の改訂が同時に行われる大切な時期です。本改訂の大目標は、「団塊の世代が75歳以上になる2025年以降を見据え、質が高い医療提供へ」であり、そのための国策が以下の内容です。

- ① 地域包括ケアシステムの構築。医療と介護の連携強化。
- ② 急性期から回復期・慢性期、在宅医療までの医療機能の分化・連携推進。
- ③ ICT（情報通信技術）活用を含め、現場の負担軽減にもつながる効率的な医療・介護提供。

それらを踏まえた当院の戦略としては、次の3点を考えています。

- ① 地域包括ケアシステムの一員として、多職種連携に積極的参加します。具体的には、歯科医師・歯科衛生士・歯科助手が情報を共有化して、歯科技工士との打ち合わせを密にする。その結果として、患者さん一人ひとりに適した医療サービスを提供する、というものです。
- ② 外来においても『口の総合機能評価』のもと、適切な診断・診療を提供します。これは口以外の動きである歩行スピードや体重変化など、また口の動きである会話（声の聞き取りやすさ、発生量など）と伴に笑顔や診療中のムセなどを総合的に評価して、フレイル予防につなげていくことです。フレイルについては裏面でご説明いたします。
- ③ 長岡市医療情報共有クラウド「フェニックス・ネットワーク」を活用していきます。

私は、日本が五輪で史上最高のメダル数を得られた背景には、各競技者同士間の積極的な「多種目連携」があると考えています。4月からの「改定後の診療現場」という滑りやすいリンクでも、スタッフ全員で見事に跳んで着地を決めます。

院長 北沢 敦



## コラム

### ご存知ですか？「オーラル・フレイル」



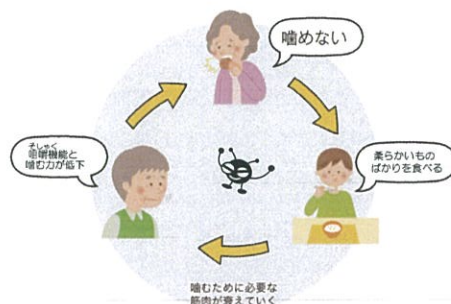
「フレイル」(全身虚弱)という言葉が2014年(平成26年)に生まれました。今回の診療・介護改定で両部門に出てくる、医科歯科部門では特に重要な言葉です。

フレイルになる前に、実はオーラル・フレイル(口の衰え)の時期を多くの場合は通ります。当然、進行すると、健康維持するための栄養が摂りにくくなります。従って、「口の衰え」を感じた時に早期対策を講じれば、フレイルへの悪しき流れを断つことが可能になります。

#### (オーラル・フレイルの項目、見分け方)

- ① 飲食中に口から食べ物をこぼしやすくなった。
- ② うまく飲み込みにくくなった。
- ③ 発音・会話・歌などで、滑舌が悪くなった。

上記の状態を一つでも感じたらオーラル・フレイルの可能性がります。気になる方は、お気軽に当院の歯科医師にお尋ねください。一緒に対策に取り組みしましょう。



食欲の低下につながる



### \*「春の食卓」コンデンスミルクのやさしい甘みのメニューはいかがですか？



#### 材料(2人分).....

- |                      |               |
|----------------------|---------------|
| えび..... 10尾(200g)    | 酒..... 小さじ1/2 |
| レタス..... 2枚(40g)     | 塩..... 少々     |
| 黄パプリカ..... 1/4個(40g) | サラダ油..... 適量  |
| 片栗粉..... 小さじ1        |               |



- A [コンデンスミルク..... 大さじ1/2(10g)  
キューピーマヨネーズ..... 大さじ4(40g)]

#### 作り方.....

1 えびは殻をむいて背ワタを取り、酒、塩をよくもみこんで下味をつける。  
炒める直前に片栗粉を加え、混ぜ合わせる。

2 ボウルにAを混ぜ合わせる。



3 フライパンに多めの油をひいて熱し、1を揚げるように炒める。火が通ったら取り出して油をきる。

4 レタスは冷水にさらして水気をきり、ひと口大にちぎる。黄パプリカは薄切りにする。

5 器に4を敷き、2で3を和えたものをのせる。

