

# ポピュレーションアプローチ

## 口腔ケアと栄養講座（1回目）



講 話



いきいき百歳体操



栄養調査

通いの場（いきいき百歳体操を週1回実施）での県のモデル事業を利用し、口腔ケアと養の講座を開催  
・歯科医師による講話と口歯科診察 ・アンケート記入 ・栄養士による食事調査

## 口腔ケアと栄養講座（2回目）



評価のための  
歯科診察

### 食事チェッ クシート

食生活チェックシート 食べたものの欄に○をつけましょう 氏名： \_\_\_\_\_

ごはん・パン	肉類	魚介類	卵	大豆製品	乳製品	いも	油	野菜	果物	その他	合計	口唇体操
日												
2日目												
月												
日												
3日目												
月												
日												
月												
日												
合計												

公債社団法人 石川県歯学会

毎日、食べた食品の種類と  
口腔体操の実施の有無に○  
を付ける。  
セルフケアと自分の生活をふりかえりました