

- (6) 研究開発代表者 所属：東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科高齢者歯科学分野  
研究開発代表者 役職 氏名：准教授（テーマリーダー）戸原玄  
研究開発分担者 所属：国立長寿医療研究センター口腔疾患研究部口腔感染制御研究室  
研究開発分担者 役職 氏名：室長（テーマサブリーダー）渡邊 裕  
研究開発協力者 所属：八千代市歯科医師会  
研究開発協力者 役職 氏名：森 宏樹  
研究開発協力者 所属：八千代市歯科医師会  
研究開発協力者 役職 氏名：中澤正博  
研究開発協力者 所属：東京都新宿区健康部  
研究開発協力者 役職 氏名：副参事 矢澤正人  
研究開発協力者 所属：白十字訪問看護ステーション  
研究開発協力者 役職 氏名：所長 秋山正子  
分担研究開発課題名（実施内容）：軽度嚥下障害者に対する検診

#### 研究開発成果の内容

初年度に入手した軽度嚥下障害患者への検診表を用いて、特定地域で検診を実施する。

#### 研究開発項目の実施状況及びマイルストーンの達成状況

##### A．研究目的

摂食嚥下障害は、早期にそのリスクを発見し適切な指導やケアを行うことで、予防に繋げること、重度化を防ぐことが重要である。新宿区の「ごっくんプロジェクト」において開発された検診表を他の地域で用いることにより検診事業を行うことを目的として、今回試みを行った。

##### B．研究方法

新宿区では、新宿ごっくんプロジェクトにおいて、嚥下機能評価表「飲みこみチェックシート」を用いたアンケート調査を行っている。これを参考に今回、千葉県八千代市においても同じ嚥下機能評価表「飲みこみチェックシート」を用いたアンケート調査を行った。

対象は、八千代市ふれあい大学・福祉センターコースの100名とした。ちなみに、八千代市ふれあい大学とは、千葉県八千代市の高齢者福祉サービスの1つとして市内に居住している60歳以上の方を対象とし、教養を深め、仲間をつくり、生きがいのある生活が過ごせるように時事問題、社会福祉、文化などについて年間を通して学ぶ場で福祉センターコースとふれあいプラザコースの2種類がある。

（倫理面への配慮）

尚、研究は東京医科歯科大学歯学部倫理審査委員会に審査をかけたところ、倫理審査不要との通知を受けている（受付番号1168番）。

##### C．結果

八千代市ふれあい大学・福祉センターコース100名（男性24名、女性53名）の計77名から回答があった。尚、平均年齢は男性71.5歳、女性69.4歳、平均身長は男性166.2cm、女性153.5cm、平均体重は男性64.5kg、女性51.1kgであった。

# 使用した飲みこみチェックシート

新宿ごっくんプロジェクト

## ツール①

## 飲みこみチェックシート Ver.1

新宿区

平成 年 月 日【記載者氏名】

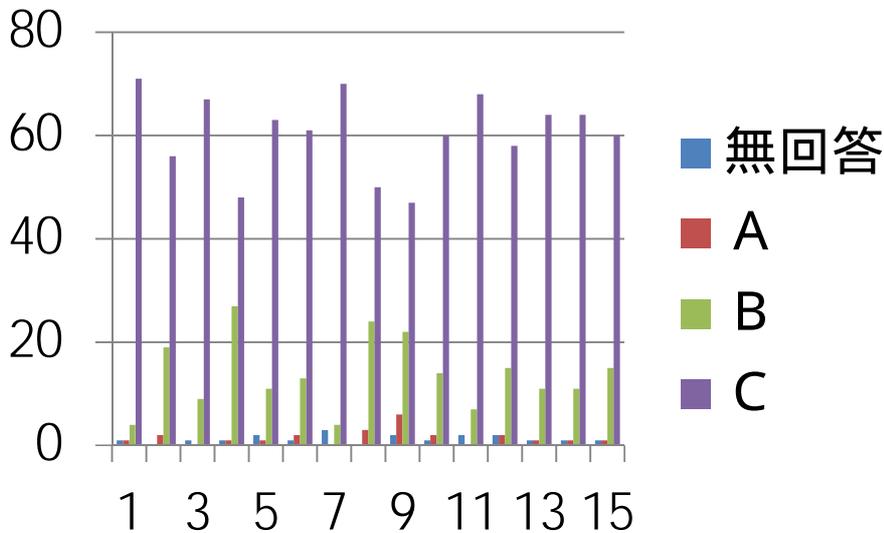
氏名 _____	年齢 _____ 歳	男 ・ 女 _____	 <p>Aが1つでもあったら医師等に相談しましょう。</p>
身長 _____ cm	体重 _____ kg		

- |  |             |         |           |
|--|-------------|---------|-----------|
| 1 肺炎と診断されたことがありますか？                              | A. 繰り返す ( ) | B. 一度だけ | C. なし ( ) |
| 2 やせてきましたか？                                      | A. 明らかに ( ) | B. わずかに | C. なし ( ) |
| 3 物が飲み込みにくいと感じることがありますか？                         | A. しばしば     | B. ときどき | C. なし     |
| 4 食事にむせることがありますか？                                | A. しばしば     | B. ときどき | C. なし     |
| 5 お茶を飲むときにむせることがありますか？                           | A. しばしば     | B. ときどき | C. なし     |
| 6 食事中や食後、それ以外の時にものどがゴロゴロ (たんがからんだ感じ) することがありますか？ | A. しばしば     | B. ときどき | C. なし     |
| 7 のどに食べ物が残る感じがすることがありますか？                        | A. しばしば     | B. ときどき | C. なし     |
| 8 食べるのが遅くなりましたか？                                 | A. たいへん     | B. わずかに | C. なし     |
| 9 硬いものが食べにくくなりましたか？                              | A. たいへん     | B. わずかに | C. なし     |
| 10 口から食べ物がこぼれることがありますか？                          | A. しばしば     | B. ときどき | C. なし     |
| 11 口の中に食べ物が残ることがありますか？                           | A. しばしば     | B. ときどき | C. なし     |
| 12 食物や酸っぱい液が胃からのどに戻ってくるがありますか？                   | A. しばしば     | B. ときどき | C. なし     |
| 13 胸に食べ物が残ったり、つまった感じがすることがありますか？                 | A. しばしば     | B. ときどき | C. なし     |
| 14 夜、咳で寝られなかったり目覚めることがありますか？                     | A. しばしば     | B. ときどき | C. なし     |
| 15 声がかすれてきましたか (がらがら声、かすれ声など)？                   | A. たいへん     | B. わずかに | C. なし     |

出典：大熊他日本摂食・嚥下リハビリテーション学会誌2002より改編

Aが1つ以上ある→→かかりつけ医や訪問看護師などへ相談しましょう(ツール②へ)。  
Bが1つ以上ある→→今後も定期的に飲みこみをチェックしましょう。

☆ツールは新宿区ホームページ ( [http://www.city.shinjuku.lg.jp/fukushi/kenko01\\_001089.html](http://www.city.shinjuku.lg.jp/fukushi/kenko01_001089.html) ) からダウンロードできます。



肺炎と診断されたことがありますか？

「A．繰り返す」の回答が1人(1.3%)「B．一度だけ」の回答が4人(5.2%)「C．なし」の回答が71人(92.2%)無回答1人(1.3%)であった。

やせてきましたか？

「A．明らかに」の回答が0人「B．わずかに」の回答が19人(24.7%)「C．なし」の回答が56人(72.7%)であった。

物が飲み込みにくいと感じることがありますか？

「A．しばしば」の回答が1人(1.3%)「B．ときどき」の回答が9人(11.7%)「C．なし」の回答が67人(87.0%)無回答が1人(1.3%)であった。

食事にむせることがありますか？

「A．しばしば」1人(1.3%)の回答が「B．ときどき」の回答が27人(35.1%)「C．なし」の回答が48人(62.3%)であった。

お茶を飲むときにむせることがありますか？

「A．しばしば」の回答が1人(1.3%)「B．ときどき」の回答が11人(14.2%)「C．なし」の回答が63人(81.8%)無回答が2人(2.6%)であった。

食事中や食後、それ以外の時にものがゴロゴロ(たんがからんだ感じ)することがありますか？

「A．しばしば」の回答が2人(2.6%)「B．ときどき」の回答が13人(16.9%)「C．なし」の回答が61人(79.2%)無回答が1人(1.3%)であった。

のどに食べ物が残る感じがすることがありますか？

「A．しばしば」の回答が0人「B．ときどき」の回答が4人(5.2%)「C．なし」の回答が70人

(90.9%) 無回答が3人(9.9%)であった。

食べるのが遅くなりましたか？

「A. たいへん」の回答が3人(3.9%) 「B. わずかに」の回答が24人(31.2%) 「C. なし」の回答が50人(64.9%)であった。

硬いものが食べにくくなりましたか？

「A. たいへん」の回答が6人(7.8%) 「B. わずかに」の回答が22人(28.6%) 「C. なし」の回答が47人(61%) 無回答が2人(2.6%)であった。

口から食べ物がこぼれることがありますか？

「A. しばしば」の回答が2人(2.6%) 「B. ときどき」の回答が14人(18.2%) 「C. なし」の回答が60人(77.9%) 無回答1人(1.3%)であった。

口の中に食べ物が残ることがありますか？

「A. しばしば」の回答が0人 「B. ときどき」の回答が7人(9.1%) 「C. なし」の回答が68人(58.3%) 無回答が2人(2.6%)であった。

食物や酸っぱい液が胃からのどに戻ってくることがありますか？

「A. しばしば」の回答が2人(2.6%) 「B. ときどき」の回答が15人(19.5%) 「C. なし」の回答が58人(75.3%) 無回答が2人(2.6%)であった。

胸に食べ物が残ったり、つまった感じがすることがありますか？

「A. しばしば」の回答が1人(1.3%) 「B. ときどき」の回答が11人(14.3%) 「C. なし」の回答が64人(89.1%) 無回答1人(1.3%)であった。

夜、咳で寝られなかったり目覚めることがありますか？

「A. しばしば」の回答が1人(1.3%) 「B. ときどき」の回答が11人(14.3%) 「C. なし」の回答が64人(89.1%) 無回答1人(1.3%)であった。

声がかすれてきましたか(がらがら声、かすれ声など)？

「A. たいへん」の回答が1人(1.3%) 「B. わずかに」の回答が15人(19.5%) 「C. なし」の回答が60人(77.5%) 無回答1人(1.3%)であった。

平均年齢

- |                               |           |           |
|-------------------------------|-----------|-----------|
| 1. Aに1つでもチェックの入った人            | 男性 75.6 歳 | 女性 74.0 歳 |
| 2. Aにチェックが無く Bにチェックの入った人      | 男性 70.4 歳 | 女性 69.1 歳 |
| 3. A, Bにチェックが無く Cのみにチェックの入った人 | 男性 70.7 歳 | 女性 68.3 歳 |

#### 平均身長

1. Aに1つでもチェックの入った人	男性 165.2 c m	女性 150.5 c m
2. Aにチェックが無く Bにチェックの入った人	男性 167.4 c m	女性 154.0 c m
3. A , Bにチェックが無く Cのみにチェックの入った人	男性 161.7 c m	女性 153.5 c m

#### 平均体重

1. Aに1つでもチェックの入った人	男性 57.3 k g	女性 53.0 k g
2. Aにチェックが無く Bにチェックの入った人	男性 67.3 k g	女性 49.7 k g
3. A , Bにチェックが無く Cのみにチェックの入った人	男性 61.6 k g	女性 54.5 k g

#### BMI (平均身長と平均体重から算出)

1. Aに1つでもチェックの入った人	男性 20.9	女性 23.6
2. Aにチェックが無く Bにチェックの入った人	男性 24.0	女性 20.7
3. A , Bにチェックが無く Cのみにチェックの入った人	男性 23.5	女性 23.1

#### D . 考察

今回の対象者は、60歳以上の高齢者であるが、皆、八千代市ふれあい大学の生徒であり、普段から活動的な方ばかりである。そのため、飲み込みチェックシートの回答はCが多いのではないかと考えていたが、A、Bにチェックが入る方が多かった。

また、高齢になるほどAにチェックの入る方が増えているので、やはり年配者にはこのような検診は有用であると考えられた。特に設問4、8、9でA、Bにチェックを入れた方が多い。このことは、ある意味この設問の症状に対し、我々歯科医師も普段の診療の中でも注意をしておく必要があるということかもしれない。

このことから、普通に元気と思われている高齢者に対しても、摂食嚥下障害についての何らかのアプローチが必要であることを示唆しているのではないかと思われた。そのうえで、簡便な検診表を用いた検診事業は歯科医師会の取り組みとして有用であると考えられた。

尚、本分担研究の内容についてはある地域で行っている摂食嚥下についての機能検診を他地域で行えるようにすることが、3年目(来年度)のマイルストーンであった。よって3年目の作業を含めて2年目ですべて終了した。

#### E . 結論

簡便な検診表を用いた摂食嚥下機能に対する検診事業は地域の歯科医師会の取り組みとして有用であると考えられた。

#### F . 健康危険情報

現在のところ報告すべき情報はない。