

## 「8029 マイベスト応援プログラム」概要

事業・活動名	ハチマルニク 8029マイベスト応援プログラム
主催団体名	一般社団法人千葉県歯科医師会
開催場所	千葉県歯科医師会に所属する歯科診療所 ※約 15 の歯科診療所で開始し、賛同する歯科診療所に拡大していく。
事業概要	
具体的な支援内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・千葉県歯科医師会が推進する「8029（ハチマル肉）・健康寿命延伸事業」（80歳になっても肉（蛋白質）を摂取する元気な高齢者を増やしていこうという運動）に資する事業として実施。</li> <li>・高齢の方々の歯科治療において、嚙む機能と飲み込む機能の維持・回復をはかり、食支援をして、介護不要の健康な人生をサポート。</li> </ul>
対象者	一般向け（主として後期高齢者、その他希望者）
マイベスト目標の例	<ul style="list-style-type: none"> <li>・反復唾液嚙下テストにおける唾液嚙下回数</li> <li>・聖隷式嚙下質問票（摂食・嚙下障害スクリーニングのための質問票）の該当項目減少</li> </ul>
参加者が行動を継続するための工夫	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康長寿を目指すために必要な口の機能を維持するための方法を分かりやすく説明したリーフレットを患者に配布。</li> <li>・各歯科診療所において、経過観察のための定期的な受診を呼びかけ、パタカラ体操、唾液腺マッサージ、口腔領域の筋肉や舌の機能の維持のための運動やマッサージ等を指導。</li> </ul>
URL	<a href="https://www.cda.or.jp/">https://www.cda.or.jp/</a>