

歯科医院経営・総合情報誌

アポロニア²¹

2022年4月号・別刷

【特別企画】

管理栄養士が4人!
食習慣指導で
歯科ならではのサポートを

古谷信一氏

東京都・LCK f デンタルクリニック 院長

(株)クリニコ



食習慣指導で 歯科ならではのサポートを

管理栄養士が
4人!

LCK f デンタルクリニックでは管理栄養士4人を雇用し、「口だけでなく、全身の健康もサポートできる歯科医院」を目指しています。そのために取り入れているシステムの一つが、(株)クリニコの『もぐもぐ日記』。患者さんと歯科医院を結ぶコミュニケーションツールとしての『もぐもぐ日記』の活用法と、歯科医院を通じた健康づくりについて伺いました。



●取材協力：
古谷信一氏
Furuya Shinichi
東京都・LCK f デンタルクリニック
院長
学生時代は帝京大学ラグビー部で活躍。当時学んだ栄養やトレーニングの知識が、今も役立っているという。

(株)クリニコ

●取材・文：編集部

LCK f デンタルクリニック

(東京都八王子市)



歯科医師：3人(4月から)	事務：2人
歯科衛生士：6人	管理栄養士：4人
歯科助手：2人	トレーナー：1人
受付：3人	

ユニット：6台
駐車スペース：3台



治療エリア(左)は個室。メンテナンスエリア(右)は窓辺に沿った明るい空間。



4人の管理栄養士が 個別指導

古谷信一院長は2019年、父親が経営していた医院を引き継ぎ、名称も新たに「LCK f デンタルクリニック」として開院しました。医院名は「Leading」「Changing」「Keeping」の頭文字に古谷の「f」を加えたもので、患者さんが「いつまでも健康で、自分の歯でおいしく食べられて、自分の足で歩き、満足のいく人生」を送れるよう、サポートしていくことを目指しています。

その理念を実現するために古谷氏が取り組んだのが、4人の管理栄養士の雇用。近年、管理栄養士を雇用する歯科医院は増えていますが、複数人を雇用するのは大変珍しいケースだといえます。同院では、



受付と待合。

- ・血液検査の結果
- ・『In Body』(体成分分析装置)の結果
- ・食事記録(1カ月分)

の3つのデータを基に、個々の患者さんに最適なアドバイスを行っています。

「医療で大切なのは正しい診査・診断。これらのデータを正確に読み取り、身体のこと



現在在籍している管理栄養士は、ベテラン3人、新卒者1人の計4人。雇用したのは2020年6月。当時、西東京エリアの歯科医院で管理栄養士の募集は珍しく、30～40人の応募があった。それぞれの個性を生かして仕事をしてもらっている。

を理解した上で的確なアドバイスができるのが管理栄養士の強み」と古谷氏。ちなみに血液検査は、当初は院内で行うことも考えたもののハードルが高く、現在は病院の検査結果を患者さんに見せてもらうという形を取っています。

一般に、歯科医院で管理栄養士を雇う場合、栄養指導以外の時間は受付等を担当させるケースが多いですが、同院では専門業務に専念してもらうようにしています。自分の仕事に真剣に従事している国家資格者に、専門外のことをさせてはモチベーションが下がると考えているためです。管理栄養士は歯科衛生士と同様に担当制を取っており、患者さんの個性や背景をしっかり把握できるようにしています。

食習慣指導を通したコミュニケーション

LCK f デンタルクリニックが栄養指導を行うために活用しているのが、『お食事相談サポートシステム・もぐもぐ日記』(株クリニコ)

です。『もぐもぐ日記』は、患者さんのスマホにアプリをダウンロードし、日々の食事を写真に撮って歯科医院と共有。写真をAIで解析し、「もぐもぐスコア」(噛む回数)「食事バランス」(摂取した食品群)から、食習慣を4つの動物で表現します。

歯科医院のモニタリングツールでは、それらの食事記録に基づいた変化をグラフ等で表示。アドバイスも自動的に作成されるため、印刷して患者さんに渡すこともできます。このように、管理栄養士がいない医院でも食習慣指導を行うことができるのが、『もぐもぐ日記』の大きな特長です。

また、『もぐもぐ日記』はアプリだけで完結するのではなく、必ず歯科医院が介在するのもポイントです。アプリでは自分の食習慣がどの動物タイプに当てはまるか、足りない食品群は何かなどは分かりますが、データ分析やアドバイスは歯科医院に行かなければ受けられません。食習慣のモニタリングだけでなく、患者さんと歯科医院をつなぐコミュニケーションツールとして、非常に有効だと考えられます。

『お食事相談サポートシステム・もぐもぐ日記』

(株)クリニコ

「患者さんと歯科を食習慣でつなぐ」をコンセプトとした、食習慣のモニタリング・サポートシステム。患者さんのスマホアプリと歯科医院のモニタリングツールを連携することで、歯科医院で食習慣アドバイスができるようになる。

患者さんが撮影した食事の写真をAIで解析。直近1週間の食事記録から食事のバランス⁽¹⁾ともぐもぐスコア⁽²⁾を分析し、以下の4タイプで食事の傾向が表現される。

- ・クマタイプ(何でも噛んでよく食べる)
- ・ビーバータイプ(硬いものをよく噛んで食べているが、食べるものが偏りがち)
- ・トカゲタイプ(何でも食べるが、よく噛まずに丸飲みしがち)
- ・ナマケモノタイプ(軟らかい食事が多く、食べるものも偏りがち)

歯科医院のモニタリングツールでは、患者さんの食事記録回数や食事バランススコア、もぐもぐスコア等を経時的に把握できるようになっており、それらに基づいたレポートも自動的に作成される。

(1) 熊谷修 他、日公衛誌、2003

(2) さまざまな食事の咀嚼回数などから、独自に算出したスコア



アプリ画面(イメージ)。自身の食事の傾向を視覚的に確認できる。



もぐもぐ日記

- 費用
月会費制
- 問い合わせ
「クリニコもぐもぐ日記」で検索
TEL: 0120-52-0050
受付時間: 平日9:30 ~ 17:00 (土・日・祝日、
年末年始、5/1を除く)

人件費を掛けずに 食習慣指導ができる

管理栄養士を雇用しているLCK f デンタルクリニックが『もぐもぐ日記』を導入したのは、食事の記録ツールとして優れていると考

えたためです。従来の紙に書いてもらう方式は手間がかかる上、塩分量や油の量、食べた量などが分かりにくいというデメリットがありますが、写真なら、聞き取りでは見えてこない情報も得ることができます。

「当院では情報管理ツールとしての意味合いが強いです、管理栄養士を雇わずに食習

「オプティマルヘルスプログラム」

LCKfデンタルクリニックでは、

- ① 管理栄養士による栄養指導
- ② 運動指導士による運動指導
- ③ 歯科医師による姿勢・呼吸・睡眠診断

の3本柱で構成された健康づくりプログラム「オプティマルヘルスプログラム」を実施している。

「最善の健康を手に入れる」をコンセプトに、ジムに通うような感覚で身体のメンテを行ってもらうことが目的。現在はコロナ禍で休止しているが、管理栄養士による簡単料理教室や、運動指導士による姿勢改善ストレッチなどのほか、CTで気道の状態をチェックし、睡眠時無呼吸症候群のリスクや睡眠の質を判定している。

歯科医院の自費メンテナンスではなく、古谷氏が経営する有限会社が提供する形を取ることで、リーズナブルな価格で多くの人に参加してもらいたいと考えた。

	9:00-10:00	10:30-11:30	12:00-13:00	15:00-16:00
11 水	部位別ストレッチ	有酸素	筋力アップ	マット
12 木	ストレッチ	部位別ストレッチ	有酸素	筋力アップ
13 金	ステップ	O回	部位別ストレッチ	有酸素
14 土	休み			
15 日	休み			
16 月	休み			
17 火	有酸素	筋力アップ	マット	ヨガ
18 水	---	料理教室	マット	マット
19 木	ストレッチ	O回	有酸素	筋力アップ
20 金	ステップ	ストレッチ	部位別ストレッチ	有酸素
21 土	休み			
22 日	休み			
23 月	休み			
24 火	有酸素	O回	マット	ヨガ
25 水	---			
26 木	ストレッチ	部位別ストレッチ	有酸素	筋力アップ
27 金	ステップ	O回	部位別ストレッチ	有酸素
28 土	休み			
29 日	休み			
30 月	休み			
31 火	有酸素	O回	マット	ヨガ

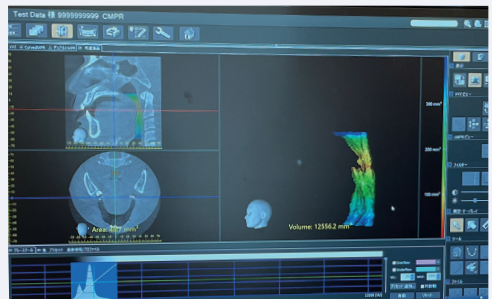
5月のスケジュール。



無料体験会の
ポスター。



管理栄養士、運動指導士、歯科医師の3者によるレクチャーや指導を行う。



モリタの『ペラビュー X800』。気道チェックができるソフトもリリースされたため、気道の様子を数値やビジュアルで説明できるようになった。診療やプログラムの結果は、主観的なコメントではなく、客観的なデータを示すことが重要だと考えている。