

介護予防はお口から

～元気な口を作りましょう～

「噛むこと」「飲み込むこと」「会話をすること」といった、お口が関係する機能は、全身の健康にもつながります。口腔機能が衰えると、誤嚥性肺炎や認知症、心臓病や糖尿病、脳血管障害など多くの全身疾患の悪化にもつながると言われています。お口を健康に保ち、介護予防に努め健康寿命をのばしましょう。



日 程

午前の部（午後の部）

10:00（13:30） — 開 会

あいさつ・オリエンテーション

10:15（13:45） — 講話「介護予防はお口から～元気な口を作りましょう～」

講師 （医）サンメディコ下田クリニック
言語聴覚士 盛 康 氏

11:15（14:45） — 質疑応答

11:30（15:00） — 閉 会

主 催

社会福祉法人つがる市社会福祉協議会

参加費

無 料

定 員

各会場 30名（事前に予約が必要です）

対象者

誰でも参加できます。

その他

- ・参加ご希望の方は2月10日（水）までにつがる市社会福祉協議会各支所へお申込みください。
- ・感染症予防のため、マスクの着用をお願いします。また、当日、体調が悪い方・熱がある方はご遠慮ください。
- ・感染症等の発生状況により本教室を中止する場合がありますのでご了承ください。

日 時 場 所

令和3年2月16日(火)

2会場で実施します！（内容は同じです）



午前の部

◇時 間 10:00～11:30

◇場 所 つがる市生涯学習交流センター「松の館」

午後の部

◇日 時 13:30～15:00

◇場 所 つがる市稲垣ふれあいセンター
(稲垣出張所 旧木造高校稲垣分校)

お問い合わせ・申し込み先 つがる市社会福祉協議会

木造支所 TEL42-4660

森田支所 TEL26-3836

柏支所 TEL25-2468

稲垣支所 TEL46-3049

車力支所 TEL56-3051