

はか 歯ミンク・歯ミンク教室

5年先 10年先の未来も健口で自分らしく生活するために…
今日から始めよう、オーラルフレイル予防！



内 容	<p>お口の健康に関する講話 <講師：歯科衛生士></p> <ul style="list-style-type: none"> ・オーラルフレイルとは？ ・オーラルフレイルチェック ・お口の健康や機能を守るためにできること ・毎日できる！口腔ケアやトレーニングの体験 	
こんな方にオススメ！	<input type="checkbox"/> いつまでも元気におしゃべりしたい！ <input type="checkbox"/> いつまでもおいしく食べたい！ <input type="checkbox"/> 「むせることが増えた」「固いものが食べにくくなつた」 など、お口のことでの気になることがある… <u>自分のため・家族のため、年齢問わず是非ご参加ください♪</u>	
開催日	時 間	会 場
1月 15 日 (木)	10：30～11：30	老人憩いの家 (塩竈市清水沢三丁目24番1号 市営清水沢東住宅集会所内)
申込・問合せ先	塩竈市福祉子ども未来部高齢福祉課 塩竈市本町1番1号（壱番館庁舎1階） TEL:022-364-1204 FAX:022-366-7167 <div style="text-align: right; margin-top: -20px;">  申込フォームはこちら▲ </div>	

※お申込みは、上記の申込フォームへ入力してください。

または下記欄を記入し、高齢福祉課窓口へ持参、電話、FAXでお申込みください。

記入欄	申込	氏 名 (連絡先)	(TEL: — — — —)			
年齢		歳	性別に○	男性 • 女性		