

は か 歯ミニング噛ミニング教室

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	お口の健康に関する講話 <講師：歯科衛生士> (・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った」 など、お口のことで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
6 月 4 日 (木)	10:30～11:30 ※講話は同じ内容です。	ふれあいエस्प塩竈 学習室 1 (東玉川町 9 番 1 号)
6 月 24 日 (水)		イオンタウン塩釜 2 階マリンプラザ内 (海岸通 15 番 100 号)
8 月 26 日 (水)		老人憩の家 (清水沢三丁目 2 4 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	



※お申込みは、上記の申込フォームへ入力してください。

[申込フォームはこちら▲](#)

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: — —)		
	希望日に○	6 月 4 日 ・ 6 月 24 日 ・ 8 月 26 日		
年齢	歳	性別に○	男性 ・ 女性	