

『オーラル
フレイル』を
知っていますか？



～お口の健康教室～

健口教室

参加者募集



噛む・飲み込む・話すなどのお口の機能が衰えることを『オーラルフレイル』と呼び、これは全身の健康にも影響を与えます。この教室では、専門の方からお口の機能や健康、口腔ケアの方法や唾液マッサージなど実際に役立つ内容を学びます。いつまでも健康で元気に生活するために、大切なお口の健康や機能について学びませんか？

日 ち

令和7年8月7日（木）

時 間

10:00～12:00

会 場

保健センター 成人健診ルーム
（鹿嶋市平井1187-1）

対 象

市内に住民票を有する65歳以上の方

参 加 費

無料

申し込み先
問い合わせ

介護長寿課の窓口・電話

☎0299-82-2911

※申し込みは下記QR

コードからできます

定員15名
程度

