

口は健康の入り口！

今日からできるオーラルフレイル予防

～しゃべれない・噛めない・飲み込めない・・・

そうなる前にできる事～

介護予防はお口からも！

歯科衛生士による口腔ケアのお話と、
運動指導士による座ったままできる
やさしい運動を楽しく学び・体験
できます。



参加費：無料

定員：50名（要予約）

日時：令和7年11月20日(木)

13:30～15:30

場所：宮前休日急患診療所(大会議室)

講

歯科衛生士 三川 明穂 氏

師

筑波大学 柴田研究室運動疫学学会 所属
健康運動指導士 鈴木 一平 氏

お申込み・お問い合わせ

主催：川崎市医師会 かわさき健康づくりセンター

TEL：044-333-3741