

令和8年度 川崎市介護予防実務者研修

全身の健康はお口から ～食べる・話す・笑うを守る～ オーラルフレイル予防

お口の衰え（オーラルフレイル）は全身の筋力や
活力の低下につながります。
いつまでも「食べる・話す・笑う」を楽しむための
お口とからだの予防法を学び、
日常の実務や毎日の生活に活かしてみませんか？



日時

令和8年11月19日(木)
13:30～1時間30分程度



場所

多摩休日夜間急患診療所
大会議室



軽い運動も
あります！

無料

講師：歯科衛生士 三川 明穂氏
・筑波大学柴田研究室 運動免疫学会所属
健康運動指導士 鈴木 一平氏

動きやすい服装で
来てね！



持ちもの：お水



定員：50名(要予約)