

高齢者のお口の健康教室

歯は生涯を通じてのパートナー



高齢者がいつまでも「いきいき」と暮らしていくためには、心身の衰えを予防するだけでなく、お口のケアを実践して充実した食生活を送ることが大切です。

また、よく噛むことで脳の血流が増え、脳神経細胞の働きが活発になりますので、認知症の予防にもつながるなど、口腔ケアは介護予防の第一歩なのです。

桑名市南部地域包括支援センターでは、地域の皆様が年齢を重ねても元気に健康な生活を送っていただけるように、このたび一般社団法人桑員歯科医師会、三重県歯科衛生士会桑員支部の協力を得て、介護予防教室を企画いたしました。またとない機会ですので、是非ご参加ください。

➤ 日時 平成 26 年 11 月 6 日(木)

14 時～15 時 30 分

➤ 場所 日進公民館 2 階 大研修室

➤ 対象者 60 歳以上の方

➤ 参加費 無料

➤ 内容 講話“歯とお口の役割について”

歯科医師

ブラッシング指導

歯科衛生士

お口の健康体操

歯科衛生士

個別相談(義歯の相談も可)

歯科医師・歯科衛生士



➤ 募集人員 40 名程度

※タオルをご持参ください。

南部ねこ“にゃんぱー”です。ご参加お待ちしております。

※ なるべく公共交通機関でお越し下さい。

〈申し込み・お問い合わせ先〉

桑名市南部地域包括支援センター：TEL 25-1011

準備の都合上、1週間前までに電話でお申し込みください。

