

介護予防講座

転ばぬ先の元気づくり ～口腔ケア編まとめ～



- ・お口を健康にすることで身体全体を健康にします！
- ・現在の生き生き度や暮らしぶりをチェックします！
- ・大好評だったプログラムの1日講座です！

【会場】 すみが丘会館（すみが丘37・すみが丘小学校そば）

【日程】 2月27日（月）
10:00～12:00

楽しいお話で大変好評な歯科衛生士の川野伸子先生を講師にお迎えしています

- 10:00～ 暮らしぶりチェックシートの活用について（都筑区役所 杉田保健師）
- 10:10～ 噛むことの効用とお口の体操
☆元気なお口にするために☆
- 10:50～ 休憩
- 11:00～ 効果的なうがいとブラッシングの威力
- 11:50～ 東山田地域ケアプラザの相談業務について

【定員】 30名（先着順とさせていただきます）

参加費は無料です！

【対象者】 65歳以上で介護保険サービスを利用されていない方

【申込み方法】 下記までお電話にてお申し込みください

（お申込み頂きました方には後日詳細を送らせて頂きます）



東山田地域ケアプラザ

地域包括支援センター

TEL：045-590-3788

担当：平田・飛田・辻本

会場案内地図

会場はこちら!!

すみれが丘会館
所在地：
すみれが丘 37

「すみれが丘入口」
交差点より
徒歩8分

皆様のご参加をお待ちしております!



※ 会場に駐車場はございません。徒歩、公共交通機関のご利用にておいで下さい。



問い合わせ先

社会福祉法人 横浜やまびこの里
東山田地域ケアプラザ 地域包括支援センター
担当：平田・飛田・辻本
TEL：045-590-3788
FAX：045-592-5913