



日野市委託事業

無料講座



お口のケアから始めましょう！

若さを保つ飲み込み学のススメ



まだ大丈夫だと思っていませんか？筋力低下は足腰だけではありません！お口の筋力は放っておくとどんどん落ちてしまい、老化につながり、しわやほうれい線もできてしまいます。今のうちからお口のケアを始めましょう。

若さを保ちいつまでも元気にお口の健康を保ちたい方ご参加ください。

講師の先生は、

「ひのカメカメごっくん大作戦セルフケア事業」でご活躍の歯科衛生士さんです。



日程 8月30日(木)14時～15時

対象者 65歳以上の方

開催場所 生活・保健センター
1階 予防接種室

定員 先着 20名

申込 日野市地域包括支援センターせせらぎ

TEL 589-3560(平日9時～6時)

電話でお申込みください！

