



口腔ケア講座



～オーラルフレイルを学ぼう!～

英語でオーラルは「口腔」、フレイルは「虚弱」という意味で、食物を噛む・飲み込む・話すための口腔機能が衰えてくる状態を「オーラルフレイル」と呼びます。口腔機能の低下は全身の老化に関わってきます。

お口の状態を改善し、毎日美味しく食事をして元気を維持できるよう「オーラルフレイル」に早く気づいて、予防しましょう。

開催日：**12月24日(金)**

時間：**14:30～15:30**

内容：口腔ケア講座

講師：安田加代子歯科衛生士

場所：浦舟地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：おおむね65歳以上の方

定員：15名

感染予防のため、マスクの着用をお願いします。

受付開始：12月7日(火)10:00～
来所および電話にて



＜申込み・問合せ先＞

横浜市浦舟地域ケアプラザ 地域包括支援センター
☎ 261-3315 担当：加山・山本