



## ～ オーラルフレイル 予防講座 ～

# 守ろう！ 「お口とからだの健康」



令和8年  
2月10日（火）  
10：30～11：30

日時

参加費

対象者

老人福祉センター  
横浜市うらしま荘  
2階 会議室

場所

講師

内容

無料

歯科衛生士  
宮崎 由香理氏



地域にお住いの方  
先着 20 名

- ① 口の病気と予防法
- ② 口腔ケアと健口体操

お問い合わせ・申し込み

老人福祉センター 横浜市うらしま荘

お申し込みは、電話または直接窓口まで (R8.1/14～)

☎045-401-5640