

「オーラルフレイル」 を予防しよう！

「オーラルフレイル」
とは…？

噛む、飲み込む、話すための口腔機能が低下し、栄養の偏りやエネルギー不足になり、ゆくゆくは全身の健康に悪影響を及ぼします。

オーラルフレイルのセルフチェックや発音による口腔機能測定により、**あなたのお口の健康度をチェック**します。また、口腔機能を向上させるための体操も紹介します！



日時	令和3年 11月10日(水) 13:30~15:30	会場	熊ふれあいセンター (熊愛館) ホール
講師	聖隷クリストファー大学 社会福祉学部 介護福祉学科 学生	定員	20名 (先着順)

※持ち物：マスク、筆記用具

【主催 浜松市・聖隷クリストファー大学】

☆講座風景の写真を市や大学の刊行物、ホームページ及びふれあいセンターだよりなどに掲載させていただきます。

☆新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用、手指消毒、手洗い及び咳エチケット等にご協力ください。

以上のことをご了承のうえ、お申し込みください。

参加 無料

**申込
方法**

○申し込み期間 10月12日(木) ~ 11月1日(月)

(定員になり次第締め切りとさせていただきます。)

熊ふれあいセンターへ直接または電話でお申し込みください。

お問い合わせは…熊ふれあいセンター(Tel:929-0002)まで