



介護予防教室開催のお知らせ

長野市地域包括支援センター長野松代総合病院

9月の2回目の介護予防教室は『口腔内を知ろう』です。健康維持のためには、歯と口腔の健康を守ることも必要です。口腔内について学びましょう。

日時	9月25日(水) 10:00~11:30
場所	松代公民館 講義室 1
内容	口腔内を知ろう ～よく噛んで安全な食事をするために～ <ul style="list-style-type: none">・自分の口腔内を観察する。・食事の際の口の役割について学ぶ。・歯磨き、義歯の清掃ポイントについて。 持ち物：手鏡
講師	歯科衛生士 山越 瑞貴 (長野松代総合病院)

【お問い合わせ先】

長野市地域包括支援センター 長野松代総合病院

電話：278-2058

* 駐車場は公民館に数台分ありますが、満車の場合は長野松代総合病院第3駐車場にお停めください。

* 参加費は無料です。

