



# 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

10月の介護者・介護予防教室は「誤嚥予防」についてです。

誤嚥しないための食事形態や献立、吸収の良い食事について学びましょう。また、嚥む力や飲み込む力の向上につながる口の体操を一緒に実践していきましょう。

日時	<b>10月9日(水)</b> <b>10:00~11:30</b>
場所	松代公民館 講義室 1
内容	<b>維持しよう。嚥下機能</b> ・嚥下体操で誤嚥予防をしよう ・食事形態について
講師	言語聴覚士 有坂 春菜 (長野松代総合病院)

【お申し込み先】

**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。

