

# ふれあい福祉講座

今回のテーマ

## お口からはじめる介護予防

～ お口の健康 大丈夫？ ～

第43回

日時：**6**月**15**日（土）

**10：30～11：30**

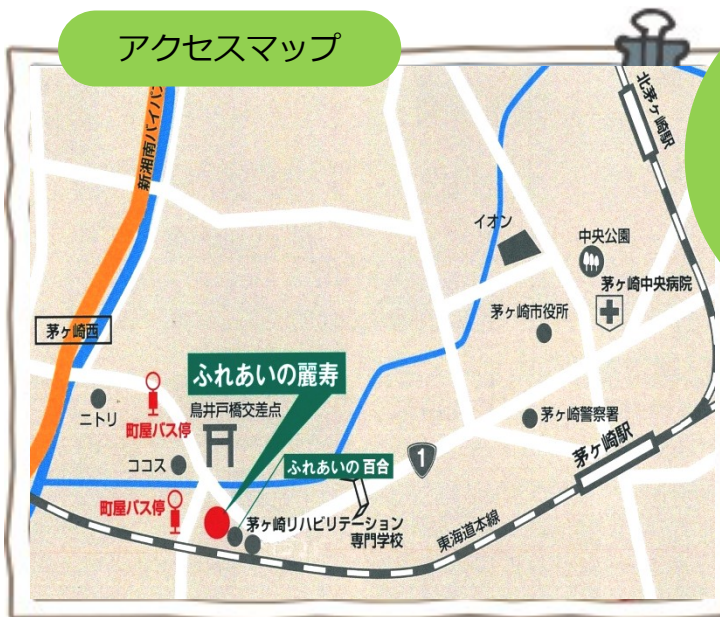


会場：**ふれあいの麗寿**（茅ヶ崎市南湖 1-6-15）

講師：桐尾 なつみ（ふれあいの麗寿 管理栄養士）

毎日の健康維持にはバランスのとれた食生活が大切ですが、食事をしっかり食べるためにはお口の健康維持も欠かせません。年齢を重ねるごとに、硬い物が食べづらくなったり、水分でむせ込みやすくなったりしていませんか？そこで今回の講座では、お口の健康を維持するための口腔ケアの方法や口腔体操、献立のちょっとした工夫の仕方などを管理栄養士が分かりやすく解説します。

アクセスマップ



参加無料

※お申し込み不要  
※入退場自由



「ふれあいの麗寿」 建物外観

★茅ヶ崎駅北口から神奈中バス →バス停「町屋」下車 →徒歩1～3分

★お車でのお来場も可能です（駐車台数は限られます）

＜お問い合わせ先＞ **TEL 0467-85-1148**

主催：社会福祉法人 麗寿会