

「ポジティブエイジング」

笑顔の力はすごい！

笑顔で元気に！
くちもと
口元
けんこう
から健口長寿

口腔筋機能療法でお口のエクササイズをします
自分の噛みぐせをチェックし、口腔機能を鍛えます
口腔筋力を高めることで、誤嚥の予防にも効果的です
表情筋を動かし笑顔を輝かせましょう！！



日時：令和4年7月8日(金) 10:30～11:30

会場：鴨志田地域ケアプラザ

講師：株式会社 笑顔サロン 上坂 尚美 氏
(表情デザイナー・歯科衛生士)

参加費：無料 定員：20名 持ち物：上履き

申込：窓口またはお電話 TEL (961) 6911

◆体温等健康チェック・マスク着用をお願いします◆

【申し込み・問い合わせ】

鴨志田地域ケアプラザ TEL (961) 6911

令和4年度介護予防普及啓発事業