


「かむ・味わう・飲込む」できていますか？

～お口の健康を向上するための教室～

チェック! あなたのお口の機能は大丈夫？

- 固いものが食べにくくなった
- お茶や汁物でむせやすくなった
- 口が渇くようになった



固いものが食べにくい

歯周病の可能性がります。

むせやすい

加齢や病気で、飲み込む機能が衰えている可能性があります。口が汚れている状態でむせると、肺炎を引き起こしやすくなります。

口が渇く

加齢や薬の影響で、だ液の量が減少している可能性があります。唾液の分泌を促すお口の体操が効果的です。


無料

チェックが付いた方は受講しましょう!



内容:

- ・歯科医師の話:「お口の健康を向上するためには」
- ・体験学習: ^か噛めているかの検査、口臭チェック
- お口周りの健康体操、だ液腺マッサージ
- 年齢や症状に応じた歯みがき方法



対象者: 65歳以上の区民の方

(無料)

H29年度 日程	場 所	時 間
7月11日(火)	健康プラザかつしか(保健所)	1時30分～3時
8月8日(火)	健康プラザかつしか(保健所)	1時30分～3時

健康プラザかつしか(保健所) : 青戸4-15-14



問い合わせ・申し込み先: 葛飾区健康部(保健所) 健康づくり課歯科保健担当係

(実施日の1週間前までに
電話にてお申込み) TEL 3602-1268