

令和5年度 こぶし荘大広間開放事業

# 健康三二講座

## 口からはじまる健康生活

開催日 11月17日(金) 10時30分~11時30分

会場 こぶし荘 大広間

対象 市内在住60歳以上の方30人

講師 石塚 久美子氏 (歯科衛生士)

持物 外履き用靴袋

申込日 10月18日(水)から電話または来館で先着順

受付時間:午前9時から午後4時(月曜日休館)



口からの小さなサイン、見逃さないでね

口腔機能の低下は、心身全体の健康に影響します。  
まずは、口腔機能のチェックを行い、お口の機能低下を確認し  
正しい口腔ケアで機能低下を防ぐ方法をみなさんで学びましょう。  
口から食べる楽しみを続けるために、口腔機能を向上させ  
オーラルフレイルを予防しましょう。

### 【問い合わせ】

いきいきシニアセンター こぶし荘

(藤沢市老人福祉センター)

〒252-0807 藤沢市下土棚 800-1

電話 45-3121 FAX45-3126(月曜日休館)

第4次藤沢市地域福祉活動計画が策定されました。

「地域福祉」で「一人ひとりが主役 共に支えあい 安心して暮らせるまち」をめざしましょう。

藤沢市社会福祉協議会のホームページから  
ダウンロードできます！

<http://www.fujisawa-shakyo.jp>

