～はんのうシニアカレッジ～

健口（けんこう）体操普及講座

飯能市ｲﾒｰｼﾞｷｬﾗｸﾀｰ夢馬

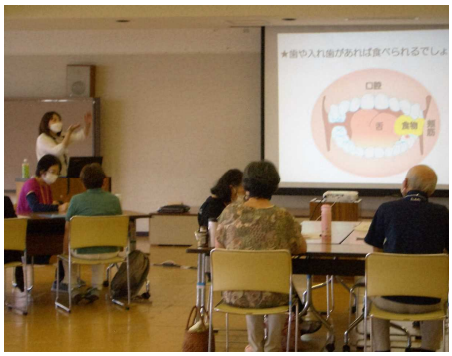
「口」には話す、食べるなど、生活する上での重要な役割があります。
口の衰え（オーラルフレイル）は、要介護状態になる前段階のサインです。
口の機能を維持するための知識と体操を学び、ご自身や周りの方の
介護予防に役立てましょう。ご参加お待ちしています！

※ 講義のほかにマスクを外して行う実技が含まれます。

１　日　時　令和 ６年７月10日（水）９時３０分～１１時４５分

２　会　場　総合福祉センター３階 大会議室

※車の方は市役所駐車場をご利用ください



３　講　師　歯科衛生士　堀　口　由紀子 氏

上之園　あけみ 氏

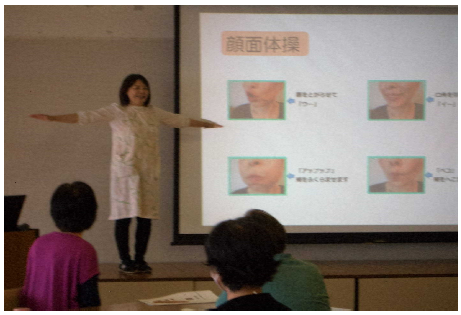
４　対象者　市内在住のおおむね６０歳以上の方

５　持ち物　筆記用具　タオル　飲み物

※飲み物は講座の中で使用するため必ずご持参ください

７　定　員　３０人（先着順）

８　申込み期間　6月３日(月)～７月８日(月)



申込み・問い合わせ先
飯能市介護福祉課　介護予防推進担当
973－3753（直通）
E-mail：shien@city.hanno.lg.jp

キリトリ線

『健口体操普及講座』参加申込書
フリガナ 氏名
生年月日　　年　　月　　日
住所　　飯能市
電話　　－　　－