

平成30年11月16日

▼タイトル

高島まるごと介護予防まつり
～笑って、学んで、健口（けんこう）になろう～

▼概要

住み慣れた地域で、いつまでも達者で安心して暮らすためには、自分自身の心身機能の虚弱（フレイル）を予防することが大切です。「フレイル予防」には、全身の筋力や体力の向上とともに、「歯・口の健康づくり」が重要です。そこで、市民に対して歯や口腔機能低下予防を切り口に、在宅医療・介護関係者と共にこれからの生活の仕方について考え、介護予防に取り組む機会として「高島まるごと介護予防まつり」を開催します。

▼日時 平成30年12月2日（日） 13時00分～16時30分

▼場所 安曇川ふれあいセンター（安曇川公民館）

▼内容 13時00分～

講演会：「健口（けんこう）でいつまでも元気に」

講師：おおにし歯科クリニック院長

滋賀県医師会常務理事 大西 啓之 氏

14時30分～

体験コーナー

- ・ お口元気アップコーナー
- ・ やさしい在宅介護食教室
- ・ 高島あしたの体操
- ・ まちの保健室
- ・ 介護予防リハビリ
- ・ 福祉用具コーナー
- ・ 笑いヨガ&リズム体操
- ・ 保健所コーナー

▼対象 市民、医療・介護・福祉・保健関係者など

▼費用 無料

▼問い合わせ先

○所属：健康福祉部 地域包括支援課 ○担当：角野 有美

○電話番号：0740（25）8150 ○ファックス：0740（25）8054