

令和3年度

定期講座

参加費無料



けんこう ～おいしく食べよう健口教室～



お口を健康に保ち、バランスの良い食事をとることは、とても大切です。



いつまでも、自分の歯でおいしく食べて、毎日元気に過ごせるように、



「食事」や「お口」に関する講座を開催しています。お申込みの上、ぜひご参加ください。

日程

時間

場所

11月11日(木)

10:00

園田東生涯学習プラザ 2階大会議室
(食満5丁目8-46)

先着 20人 (申込 10/5(火)～)

令和4年

2月9日(水)

11:30

園田西生涯学習プラザ 2階学習室
(食満2丁目1-1)

先着 20人 (申込 1/5(水)～)

「栄養・食生活&お口の健康」プログラム

管理栄養士のお話「今日から始める低栄養予防」

・元気に過ごすための食生活 ・簡単レシピの紹介

歯科衛生士のお話「今日から始める口腔ケア」

・元気に過ごすためのお口のケア ・お口の体操

持ち物

筆記用具

※ 当日はマスク着用、手指消毒等感染予防にご協力ください。
新型コロナウイルス感染予防のため、中止する場合がございます。ご了承の上、
ご参加ください。

対象

尼崎市にお住いの40歳以上の方

申込み
問合せ

尼崎市北部保健福祉センター 北部地域保健課

TEL: 06-4950-0637 FAX: 06-6428-5110

受付時間: 月曜日～金曜日の9時～17時 (土、日曜日 祝日を除く)



年に一度、健診を受けましょう!

※受け方等の詳細は右記へお問合せください



尼崎市健康支援推進担当

TEL 06-6489-6797

FAX 06-6481-1409