

# 市民健康教育講座

【参加無料・要申込】

# オーラルフレイル 老化は口元から

「最近、食事中にむせることが増えた」「固いものが噛みにくい」  
「滑舌が悪くなった」…

もしかすると、それは「口の衰え」の  
サインかもしれません。  
いつまでも、おいしく食べて、  
楽しく会話するため、専門医と一緒に  
「お口の健康」について学びましょう。



## 講師紹介

清水歯科医院（東区北11条東5丁目）

院長 清水 健司 先生

日時：3月18日（水）14時～15時（開場：13時30分）

会場：東区民センター3階 視聴覚室（東区北11条東7丁目）

対象：東区内にお住まいの方 定員：30人（先着順）

申込期間：3月4日（水）～11日（水）

▼お申し込み方法はこちら▼



【スマホで申し込む】右記二次元コードからアクセス →

【電話で申し込む】東保健センター（電話：011-711-3211）へ。

※受付：月～金 9時～17時 土日祝を除く。

※氏名、年齢、住所、電話番号をお伝えください。

詳細：東区保健福祉部健康・子ども課（電話：011-711-3211）

さっぽろ市  
02-Q03-25-2564  
R7-2-1690

