

# 回覧

令和元年5月15日

石渡長寿会の皆様へ

石渡長寿会会長

中 島 弘

## 歯科講話開催のご案内

青葉の候 会員の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、長野市保健所健康課による「歯科講話」を下記により開催致します。

歯や口腔管理はもとより、日頃の健康管理の面でも大いに参考になるものと考えますので、会員以外の方も含めご近所お誘いの合わせの上、多数ご参加いただきたくご案内申し上げます。

### 記

1. 日 時 6月4日（火）午前10時～ 1時間30分程度
2. 場 所 石渡公民館
3. 講 師 歯科衛生士
4. 対 象 石渡長寿会会員及び石渡区民の皆様
5. 内 容
  - ① 歯の健康と全身の健康について
    - ・口の働きと全身の健康について
    - ・むせ予防につて
    - ・誤嚥性肺炎予防と口の細菌について
  - ② 口腔体操（建口体操・食前体操）について
  - ③ 口の清掃方法について
  - ④ その他

以上