

参加無料・キウイのお土産付き

食べて守ろう お口の健康

栄養ワンダー2024「栄養とお口の“おいしい”関係」

人生100年時代を見すえ、歯を残すだけでなく、お口の機能を落とさないお口の健康を守ることが全身の健康維持につながることを理解し、日々の生活の中で噛む力を維持する方法やコツについて学びます。

日時

令和6年 7月26日(金) 10:00~11:30 (受付 9:30~)

会場

川崎市中原市民館 第1会議室

(川崎市中原区新丸子東3丁目1100番地12 パークシティ武蔵小杉ミッドスカイトワー2階)

・東急東横線・目黒線「武蔵小杉駅」下車 北口から徒歩約3分、南口から徒歩約2分

・JR「武蔵小杉駅」下車 徒歩約3分~15分

定員

30名 (要事前申込)

対象

神奈川県在住の成人の方

参加費

無料

お土産

お一人様 キウイ2個

((公社)日本栄養士会提供)



プログラム

【講話】食べて守ろう、お口の健康

1. お口の健康を保つ食事について 講師: かながわ健康財団 管理栄養士 下原 佐土子

- ① 噛む力を維持しよう
- ② 日常の食事でトレーニング
- ③ バランスよく食べよう

2. 口腔ケアについて 講師: かながわ健康財団 保健師 西村 幸子

- ① 虫歯と歯周病を予防するためにできること
- ② ホームケアのポイント

申込メールアドレス
QRコード



申込方法

メールまたは電話で事前に

① 氏名 ② 参加人数 ③ 住所(市町村まで) ④ 携帯電話番号を
ご連絡ください。 申込締切 7月23日(火)

事前申込制、先着順とし、定員に達した場合は受付を終了します。

※メールでお申込の場合は、件名を「おくち」にしてお送りください。

お問合せ先: 公益財団法人かながわ健康財団 健康づくり課 (平日 9:00~17:00)

045-243-2008

kanagawa-kenkou@khf.or.jp

[主催] 公益財団法人かながわ健康財団 [後援] 神奈川県 [協力] 公益社団法人日本栄養士会