

2020年度 第4回健厚マイスター講座を2月13日(土)開催☆

今回は「健口づくり はじめます」をテーマにお口の健康について講演を行いました。

口腔ケアの大切さや食事のポイントを学び、最後はみんなで嚥下体操を行いました。

参加された方からは、「日頃から気をつけているつもりですが、改めて勉強になりました」「自分の歯を大切に、なんでも自分の歯で噛めるようにしたいです」とのお声をいただきました。

2020年度の健厚マイスター講座は今回で終了でした。多くのご出席ありがとうございました！

2021年度は「愛^{eye}してあなたの目～眼を大切に～」をテーマに6月12日(土)にスタートします。お楽しみに♪

