

医食同源！

いつまでもおいしいものを食べ続けるために

みんなの食と健口(けんこう)講座

噛む力や飲み込む力などの口腔機能向上と
口腔衛生、栄養状態の改善を図る講座です。
簡単な体操も行います。

期間	開催日	開催時間
7月20日～ 8月31日	毎週金曜日	午後2時～ 4時

- 場 所 : 白金台いきいきプラザ 2階 集会室E
- 対 象 : 65歳以上の港区民で原則下記のいずれかに該当する方

① 要支援認定の方

② チェックリストにより参加対象とされた方

※要介護認定を受けている方は、ご参加いただけません。

●定 員 : **10** 名

●申 込 : 6月1日(金)～

●申込方法 : 各高齢者相談センター窓口へ直接お申込み
(利用者による直接申請が条件となります。)
※申し込みを行う際、**印鑑**が必要となります。



お問い合わせ
港区立白金台いきいきプラザ
(指定管理者)
社会福祉法人 奉優会
〒108-0071 港区白金台 4-8-5
TEL: 03-3440-4627

担当: 渡邊