

大人対象  
(18歳以上)

くち けんこう

# お口の健口講座

区役所の歯科衛生士と一緒に健口チェックしてみませんか。オーラルフレイル（お口の衰え）の予防を学び、健口体操でお口のまわりの筋肉を鍛えましょう。パタカ測定（口の機能を評価するための検査）も体験できます。



日にち：10月30日（木）

時間：1回目 13時30分～

2回目 15時～

入替制、各回60分、定員各回5人

※2回とも同じ内容です。

参加費  
無料

場所：日吉図書取次所 日吉の本だな

（慶應義塾大学協生館1階：港北区日吉4-1-1）

申込みは  
こちら



申込締切日：10/23（木）

（応募多数の場合は抽選）

※応募多数の場合は抽選となり、結果はメールにてご案内いたします。  
10月28日までに届かない場合、下記までお問い合わせください。  
※お申込みの際にいただいた個人情報は、講座の連絡に限り使用します。



©港北区ミズキー

港北区区民活動支援センター

港北区大豆戸町26-1 港北区役所4階48番窓口

TEL&FAX: 045-540-2246

E-mail: ko-center@city.yokohama.lg.jp