



歯と食の

は しょく



健口ひろば

けん こう

歯の講演会

健康長寿のヒント
オーラルフレイルをご存じですか？



時間 13:00~14:00

講師 きととしあき 木戸 寿明氏

木戸歯科医院院長
新潟県歯科医師会常務理事

食の講演会

南極シェフのかあちゃんに聞く！
極限の地で見つけた食卓と暮らし



時間 14:30~15:30

講師 わたぬきしゅんこ 渡貫 淳子氏

第57次南極地域観測隊員
「悪魔のおにぎり」考案者

日時 令和5年 6月4日(日)

会場 アオーレ長岡
市民交流ホールA

(長岡市大手通1丁目4-10)

参加料無料

定員200名 先着

【主催】長岡市 【共催】長岡歯科医師会

対象 市民の方どなたでも

申込み 5月8日(月)から電話または
QRコードで受付開始

長岡市健康増進課

☎0258-39-7508
(平日 8:30 ~ 17:15)



同時開催
イベント

「歯と口の健康週間」【主催】長岡歯科医師会

クイズコーナー・歯の健康相談など

会場 アオーレ長岡 ナカドマ 時間 10:00~16:00

