



歯と食の



健康ひろば



日時 令和6年6月2日(日)

会場 アオーレ長岡 (長岡市大手通1丁目4-10)

見逃さないで! オーラルフレイル
~健康長寿のために今できる口のケア~



会場 アオーレ長岡 市民交流ホールA 時間 13:30~14:45

講師 うえだ たかゆき 上田 貴之氏

東京歯科大学 老年歯科補綴学講座 主任教授

略歴 歯科医師、博士(歯学) / 東京歯科大学卒、東京歯科大学大学院修了 / 専門は高齢者歯科医学 / 著書に「お口だって老化するんですー歯科の新しい病気「口腔機能低下症」かも・・・」など。「おはよう日本」(NHK)、「あさイチ」(NHK)などメディアや新聞、雑誌にも出演多数。

定員200名 先着

対象 市民の方どなたでも

参加料無料

申込み 5月7日(火)から
健康増進課へ電話または
QRコードでお申し込みください。

長岡市健康増進課
☎0258-39-7508
(平日 8:30 ~ 17:15)



【主催】長岡市 【共催】長岡歯科医師会

同時開催イベント

は くち 「歯と口の健康週間」 会場 アオーレ長岡 ナカドマ 時間 10:00~15:30

歯と口の健康クイズ

~参加者には口腔ケア用品プレゼント~



カミカミテスト

~不思議なガムでかむ力をチェック~



型どり体験

~指の型を作ってみよう~
(小学生以下限定)

アオーレ歯医者さん

~歯と口の健康相談・ブラッシング指導~



けんこう 健口テスト

~発声しながらお口の機能をチェック~



【主催】長岡歯科医師会

食育に関するブース 会場 アオーレ長岡 ホワイエ 時間 13:00~15:30

「もっとおいしく野菜を食べよう」

(食生活改善推進委員から野菜をたくさん食べるコツやレシピの紹介があります。)



【主催】長岡市健康増進課

お問い合わせ 長岡市健康増進課 〒940-0084 長岡市幸町2-1-1 ☎0258-39-7508 (平日 8:30 ~ 17:15)