



# お口の健康教室

～誤嚥性肺炎を予防しましょう～

年齢とともに飲み込む力が弱まると、食べ物が上手く飲み込めず、気管に入ると肺で炎症が起こりやすくなります。しかし毎日のお口のケアと簡単な体操で予防が可能です。この機会をきっかけに正しい知識を学んで、いつまでも元気に食事を楽しみましょう。

**日程** 5月23日（土）

**時間** 13:30-15:00

**場所** 長光公民館

参加者には歯ブラシ1本お渡しします

