

参加無料

一般社団法人  
東京都江東区**歯科**医師会  
区民公開講座

# 人生 100 年**健康**長寿 しっかり**噛**んで しっかり**食**べる

講演 1 お口から始まる心身の衰え オーラルフレイルの話  
講師 小川 仲子 先生 (歯科医師 小川歯科医院院長)

講演 2 筋肉量低下を防ぐ食事メニュー  
講師 齋藤三津代 先生 (管理栄養士)

日時 令和 6 年 10 月 24 日 (木) 13 時～15 時

会場 江東区文化センター (江東区役所トナリ) 3 階第 4 研修室

対象 江東区内在住・在勤の方どなたでも  
(健康長寿お口の元気度チェックを受診された方におすすめ)

定員 先着 50 名様 参加者には歯科グッズ進呈

申込 江東区歯科医師会事務局まで

氏名・住所・連絡先を 電話 03 (3649) 0780

または FAX 03 (3649) 1688

または 申込フォーム

<https://forms.office.com/r/0ycY5sRHTA>



申込期間：令和 6 年 9 月 26 日～10 月 17 日

主催 一般社団法人 東京都江東区歯科医師会・江東区