

元気ハツラツ健康講座報告

11月6日(水) ～素敵な笑顔ができていますか？～

一生を食べて過ごせるお口をめざそう！



歯科衛生士 小原美恵氏



高齢者の立場に立ったお話を沢山のスライドや資料を使って、楽しくリズミカルにして下さいました。鏡を見ながらお茶を飲み舌や唇の動きを確認したり、座ってできる嚥下体操をしたり、声トレをしたりして誤嚥予防を学びました。先生に習ったビックスマイルで、一生を食べて過ごせるお口をめざしましょう！

次回 12月4日(水)
だるま落とし&輪投げ

お待ちしております。

