

平成30年度

港区元気づくり事業

— 芝地区 —

最近こんなことが複数気になる方は、下記講座への参加がおすすめです。

- 固いものが食べにくくなった。● むせるようになった。
- 口の渴きが気になるなど

(けんこう)

「みんなの食と健口」講座

参加者
募集中!

歯科衛生士からの噛む力や飲み込む力などの口腔機能向上と口腔衛生、栄養士による栄養状態の改善を図る講座です。簡単な体操も行います。

● 神明いきいきプラザ： 隔週火曜日（全7回）

9月11日・25日、10月9日・23日

11月13日・27日、12月11日

14：00～15：30 集会室C

対象：65歳以上の港区民の方で、介護保険の認定を受けていない方



上記の講座にご参加希望の方は、芝地区いきいきプラザトレーニングスタッフ、高齢者相談センターにお問い合わせください。

港区立神明いきいきプラザ TEL 03-3436-2500
芝地区高齢者相談センター TEL 03-5232-0840

平成30年度

港区元気づくり事業

— 芝地区 —

最近こんなことが複数気になる方は、下記講座への参加がおすすめです。

- 固いものが食べにくくなった。● むせるようになった。
- 口の渴きが気になるなど

(けんこう)

「みんなの食と健口」講座

参加者
募集中!

歯科衛生士からの噛む力や飲み込む力などの口腔機能向上と口腔衛生、栄養士による栄養状態の改善を図る講座です。簡単な体操も行います。

● 神明いきいきプラザ： 隔週火曜日（全7回）

9月11日・25日、10月9日・23日

11月13日・27日、12月11日

14：00～15：30 集会室C

対象：65歳以上の港区民の方で、介護保険の認定を受けていない方



上記の講座にご参加希望の方は、芝地区いきいきプラザトレーニングスタッフ、高齢者相談センターにお問い合わせください。

港区立神明いきいきプラザ TEL 03-3436-2500
芝地区高齢者相談センター TEL 03-5232-0840

平成30年度

港区元気づくり事業

— 芝地区 —

最近こんなことが複数気になる方は、下記講座への参加がおすすめです。

- 固いものが食べにくくなった。● むせるようになった。
- 口の渴きが気になるなど

(けんこう)

「みんなの食と健口」講座

参加者
募集中!

歯科衛生士からの噛む力や飲み込む力などの口腔機能向上と口腔衛生、栄養士による栄養状態の改善を図る講座です。簡単な体操も行います。

● 神明いきいきプラザ： 隔週火曜日（全7回）

9月11日・25日、10月9日・23日

11月13日・27日、12月11日

14：00～15：30 集会室C

対象：65歳以上の港区民の方で、介護保険の認定を受けていない方



上記の講座にご参加希望の方は、芝地区いきいきプラザトレーニングスタッフ、高齢者相談センターにお問い合わせください。

港区立神明いきいきプラザ TEL 03-3436-2500
芝地区高齢者相談センター TEL 03-5232-0840