

八千代市在住・在勤60歳以上の方限定

60歳からの元気アツプ教室

～口腔講座～



参加費

無料

今回のテーマは



口腔ケアの重要性と

実践的な口腔体操！



身体が思う様に動かない…。

実はそれ、お口が原因かも！？

いつまでも元気である為に

歯科衛生士さんと口腔体操をしましょう！

15分間の運動も行います！

2025年3月5日（水）

10時00分～11時00分（60分）

TEL: 047-487-1511 八千代ふれあいプラザ