

## 市民公開講座

# 「いつまでも楽しく食べるには！」

こんな症状出ていませんか？

食事中おせり  
ことが多くなった

滑舌が悪くなった  
と人に言われる

急に硬いものが  
噛み辛くなった

# オーラルフレイル

※オーラルフレイルは2018年より日本歯科医師会より周知されています。

加齢に伴うお口の機能が低下した状態のことです。

年齢を重ねるにつれて、舌を含めた  
口の周囲の筋肉の衰えでおこります。

オーラルフレイルの予防に関する知識とその重要性について専門分野の先生がわかりやすくお話しします！

2013年にNHKためしてガッテンに出演され、面白い解説を大好評でした！

2024年7月25日(木) 講演 10時00分より1時間程度  
無料 開場9時30分

さいたま市文化センター 小ホール

さいたま市南区根岸1-7-1(JR南浦和駅西口より徒歩7分)

### 申し込み方法

(右記からお選びください)

- ① 6月20日(木)【当日消印有効】までに往復はがき(1枚で2名までOK)に参加希望者全員のお名前と年齢を記入して、浦和歯科医師会へお送りください。
- ② 浦和歯科医師会のホームページ内、『7月25日(木)市民公開講座お申込みはこちら』よりお申し込みもできます。
- ③ 右記QRコードを読み取り登録することもできます。

お申し込みQRコード



東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科  
医歯学専攻老化制御学講座  
摂食嚥下リハビリテーション学分野

教授 戸原 玄先生

対象：さいたま市内在住、在勤の方(18歳以上) 定員：300名(抽選)

主催：一般社団法人浦和歯科医師会

〒330-0061 さいたま市 浦和区 常盤 6-4-18 浦和区役所保健センター内

ホームページアドレス <https://www.urawa-shikaishikai.jp/>

お問い合わせ (代表連絡先)

048-822-6677

まだ、若いあなたにも

聞いて欲しいです。