無料 指導

歯医者さんで介護予防!



口腔機能向上プログラム

お口の健康は、 全身の健康に つながります

お口の体操やお手入れの方法など、

近くの歯医者さんで無料指導が受けられます。

一部歯科診療所では、ご自宅への訪問指導も実施しております。

-いっまでも 「おいしく食べる」 ために 「元気で長生き」

■ 内容例 1回のみでも参加可能です。お気軽にご参加ください。

第1回	問診、口腔機能の検査、お口の体操など
第2回	口腔清掃チェック、歯磨きや入れ歯の手入れ、
第3回	お口の体操など
第4回	第1回目と同じ検査をして、効果を確認します

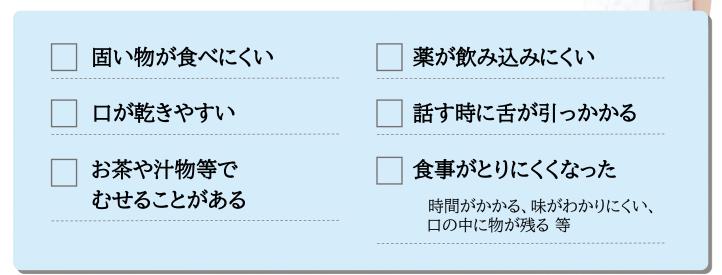
歯科医師があなたに合わせたプログラムを提供しますので、上記の内容はめやすです。

☎お申込みは各指定医療機関までお電話ください

指定医療機関 一覧は裏面へ

お口でお困りのこと、

ありませんか?





歯科医師・歯科衛生士による

無料指導をぜひご利用ください!

身近な 歯科医院で

都合の よい時間に (予約制)

いつから でも 開始OK

無料

ご自宅でも 実施可能

■ 詳細

対 象	65歳以上の千代田区民
会 場	指定医療機関(約80箇所)から選べます ※一部診療所ではご自宅への訪問指導も対応可
費用	無料

事業についてのお問合せ先 千代田区 保健福祉部 在宅支援課 介護予防担当(平日8:30~17:00)

TEL: 03-5211-4223 / FAX: 03-3265-1163

Ver.202404