歯科衛生士と栄養士が皆さんに元気をお届けします！

元気歯つらつ健口講座

少しずつ少しずつ、元の日常が戻ってきました。
皆さんで、楽しい時間を共に過ごしましょう。

さあ、皆さん、“あいぽっく” でお会いしまょう!!

楽しく、笑い、語らい、今年は、歌も歌えると良いなと思っています。

お口の健康とバランスの取れた食生活は、身体の健康に直結です!!
いきいき生活全快です！！

感染対策を取りながら、楽しく、充実した内容でお教室を進めます。お気軽にお申し込み下さい。

令和５年	申し込み　８月１日から			会場あいぽっく９時30分～11時30分
第１期	９月	26日	（火）	４階　講習室
	10月	３日		３階　調理実習室
		10日		４階　講習室・休養室
		24日		４階　講習室・休養室
		31日		３階　健康教育講座室
	11月	７日		４階　講習室・休養室

令和６年	申し込み　12月１日から			会場あいぽっく13時～15時
第２期	１月	31日	（水）	４階　講習室・休養室
	２月	７日		３階　調理実習室
		14日		４階　講習室・休養室
		21日		
		28日		
	３月	６日		

令和５年度募集

対　　象　：　市内にお住まいの65才以上の方
募集人員　：　１クラス20名程度
参 加 料　：　無　料
お申し込み：　昭島市歯科医師会　　TEL　：　546-0067
月～金　午前10時～午後４時

お願い･･･駐車スペースに限りがありますので、公共交通機関をご利用下さい

昭島市　・　一般社団法人東京都昭島市歯科医師会