

令和元年度

# かめかむ歯っぴー8020教室

～よい歯で よく噛み よい体～

8020運動（80歳になっても20本以上自分の歯を保とう）という高齢者の問題と思われがちですが、8020達成のためにはそれぞれのライフステージでの取り組みが重要です。この教室も今回で15回目になります。皆さん一緒に勉強して8020を目指しましょう。

- 日時 令和2年2月19日（水）  
10:30～11:00（受付開始10:00～）
- 会場 イルフプラザ 4階 子育て支援館（こどものくに）  
育児談話室
- 内容 講話 「よい歯で よく噛み よい体」  
岡谷下諏訪歯科医師会 山岡 創 先生

☆講話終了後には歯をテーマにした試食会もあります。

持ち物 筆記用具

定員 10組  
（定員になり次第、締め切らせていただきます）

主催 岡谷下諏訪歯科医師会

共催 岡谷市・下諏訪町

☆参加者には“子ども用歯ブラシとフロス”をプレゼント

## 《申し込み方法》

お電話にて岡谷市役所健康推進課までお申し込みください。

締め切り 令和2年2月18日（火）

## 《申し込み先》

岡谷市役所 健康推進課 保健予防担当

TEL 23-4811（内線1183）

