

楽しくてためになる「あっ！」という間の15分
ラジオのチューニングはFM816

健康は
お口から!

むせる・
食べこぼす

滑舌が
悪くなった

口が乾く

かたいものが
かみにくい

など...

ちょっとしたお口の不調は、全身の不調につながっていきます。

ラジオで楽しく お口を健康に!

歯科衛生士とゲストが、舌や唇・飲み込みの体操、
お口や呼吸の運動になる歌、すぐに役立つ健康情
報などをお届けします。

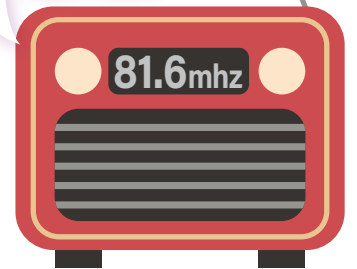
放送曜日・時間(15分番組)

毎週火曜日 ①午前10時45分～
②午後 4時10分～
③午後 8時頃～

翌日水曜日 ④午前 7時 5分～
※①②③④とも、同じ内容です。

毎週内容は変わります。

パ
カ
ラ
ジ
ョ
P
T
K
R
a
d
d
i
o



タッキー-81.6
みのおエフエム

ラジオで聴く

ラジオの周波数を
FM 81.6MHz
に合わせてください。

スマホ・パソコンで聴く

タッキー-816 検索

fm.minoh.net から
このボタンをクリック▶



QRコードから
♪タッキー-816が
今すぐ聞けます

放送月	タイトル	内 容
4月	「お口の健康と腸活の関係」	5月16日に開催の「腸活セミナー」を紹介します！
		「お口」と「腸」は、つながっています。 腸活には、お口の健康も大切！ご自身の健康のために、今日からできる腸活始めませんか？
5月	歯っぴい健康フェスタで お口をハッピーに！	6月6日開催の「歯っぴい健康フェスタ」の紹介
		当日参加できないかたも、100%楽しんでいただけるようにコンクール参加の方法や箕面市歯科医師会の歯科医師へのインタビューなどをお伝えします。
6月	お口の最近の細菌の話	人生100年時代、健口(けんこう)のための最新情報 お伝えします！
		歯科医師十河先生の楽しくてわかりやすいお話と パタカラソングの熱唱をお楽しみに！
7月	カバ先生と楽しく 誤嚥性肺炎予防！	言語聴覚士 かばもとさんと しっかりお口を鍛えます！
		パタカララジオの原点「誤嚥性肺炎の予防」を専門家からお伝えします。お口の体操の時間もしっかりとるので、みなさん一緒に頑張りましょう！
8月	いきいき♪呼吸・発声 トレーニング	ストレッチ・正しい呼吸法 喉の健康は若さの秘訣
		ある時はイベント司会、ある時は、健康ボイストレーニング講師、ある時は、ナレーター、ある時は、朗読講師とお話をするためのプロに発声の仕方、喉の使い方・鍛え方を教えてもらいましょう
9月	箕面市の医療職が教える 健康の秘訣！	健康のプロが伝える 今すぐできる 健康ワンポイントアドバイス！
		「自分の健康は自分で守る」ために、箕面市の無料で受診できる健診や健康教室の情報もわかりやすくお伝えします。