



ごえん 誤嚥予防と美容に！

舌圧を鍛える健口体操

舌は筋肉でできていて食べ物を口の中で受け止めたり、食べ物を歯の上にのせたり、歯で噛み碎いた食べ物を塊にして、喉の奥に送り込んだり、様々な働きをします。

舌の力が弱まってしまうと、食べ物がうまく飲み込みにくい、むせやすくなる（誤嚥のリスクが高まる）、お口のまわりがたるみやすくなるといった影響がでてきます。

今回は、病院に勤務する言語聴覚士の観点からの講話と、舌と口の体操もおこないます！

日 時 令和8年2月28日（土）

午後2時～4時

場 所 箕面市立総合保健福祉センター2階
(みのおライフプラザ)

受講料 無料（予約不要、直接会場へお越しください）

講 師 箕面市立病院 言語聴覚士

まつした ともみ
松下 智美 さん



アスマイル100ポイント付与！



主 催：箕面市・一般社団法人 箕面市歯科医師会

問い合わせ：箕面市健康福祉部地域保健室 電話：072-727-9507
FAX：072-727-3539