

ガムをかむだけ!

いつまでもおいしく、
楽しく食べるために! //

かむ力チェック お口の元気チェック

～あなたのお口の元気度をチェックしてみませんか?～



かむ力が大切な理由



食事をおいしく楽しめる

しっかりかめると、味わって食べられます。



栄養をしっかり摂ることにつながる

バランスよく食べることで、体を元気に保てます。



お口の健康維持に役立つ

お口の機能を保ち、むし歯や歯周病の予防に。



いつまでも元気な生活につながる

表情がいきいきし、会話や笑顔が増えます。

開催のご案内



日時

開室しているときは
いつでもできます

お声かけください

※開室日時は開室カレンダーを
ご確認ください。



場所

地域連携・実践研究センター



参加費

無料



対象

どなたでも参加できます



申込

不要

当日、お気軽にお越しください!



ガムをかむだけの簡単チェックです!

お口の健康づくりの第一歩として、
ぜひご参加ください♪

