

健康ひょうご21 県民運動推進員（淡路会議）

フォローアップ研修会

日時：令和2年1月30日（木） 13：30～16：00

場所：洲本総合庁舎 3階 会議室 A・B （洲本市塩屋2丁目4-5）

「歯と口の機能管理で健口力アップ！」

講師：歯科衛生士 木村 萌花 氏

兵庫県健康福祉部健康局 健康増進課 歯科口腔保健班



いつまでも美味しく味わって食べるために、歯や口腔の健口は欠かせません。淡路島の特産品である**吹き戻し**を使って、歯と口の健口力アップを試みませんか？

- 13:30～ 開会
- 13:35～ 「8020運動」
 - ・ 歯科衛生士さんのお話
 - ・ 歯ブラシの使い方・口腔機能訓練
- 14:40～ 休憩（10分）
- 14:50～ 「健康体操」
- 16:00 閉会

「立つにも、動くにも筋力が必要！」第2弾

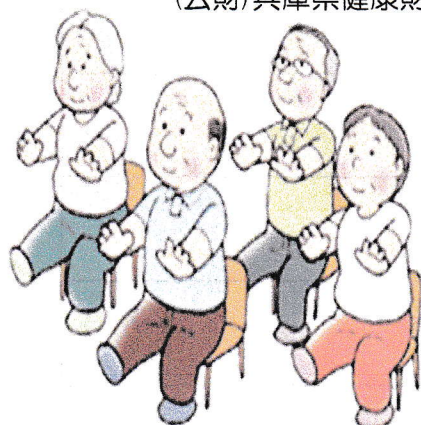
講師：健康運動専門員 山口 一仁 氏

(公財)兵庫県健康財団 健康づくり部 健康づくり課



(公財)兵庫県健康財団マスコットキャラクター

けんぞうくん



大切なのは元気に動けること！

健康で自立した生活をしていくために筋力が必要です。すべての運動の原動力となります。いつでもどこでも取り組める運動を紹介します。

<申込方法> **定員80名 参加無料** **申込締切日:令和2年1月22日(水)**

どなたでも参加できますのでお誘いあわせのうえ、裏面の申込用紙をFAXしていただくか、お電話にてお申込みください。

※先着順・定員になり次第締め切らせていただきます。

(公財)兵庫県健康財団 淡路支部 (担当 古川)

TEL：0799-26-2060 FAX：0799-22-3345

健康ひょうご21 県民運動推進員・8020 運動推進員

フォローアップ研修会 申込書

研修会参加希望の方は、下記申込書に記入の上、ファックス(又は電話)で申込み下さい。

申込〆切日：令和2年1月22日(水)

申し込み・連絡先

(公財)兵庫県健康財団淡路支部 (担当：古川)

〒656-0021 洲本市塩屋2丁目4番5号 洲本健康福祉事務所内

TEL 0799-26-2060 FAX 0799-22-3345

E-mail : awaji@kenkozaidan.or.jp

※中止等の連絡のため、緊急連絡先をご記入願います。

複数人で参加される場合は、どなたかお一人代表者をご記入ください。

しめい
(氏名

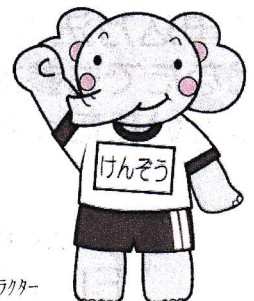
) (連絡先

)

	しめい 氏名	団体名
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		

【個人情報の取扱いについて】当淡路会議フォローアップ研修会以外の目的で使用することはありません。

みなさまお誘い合わせの上、お気軽にご参加ください。軽い運動を行いますので、動きやすい服装、お茶等をお持ちのうえお越してください。



(公財)兵庫県健康財団マスコットキャラクター
けんぞうくん