

# 令和元年度健康づくりセミナー

令和2年2月14日(金)

柏原住民センター

◆梅村智氏

「人生100年、長生きの秘訣は歯と口の健康かも」

◆開会あいさつ



◆小前みどり氏

「ガムを使って かむかむチェック」



◆亀澤徹郎氏

「脱座りすぎ生活」&「健康体操」

