

# おしゃべりサロン12月

2008. 12. 25.

12月17日(水)に佐鳴台公民館ホールにおいておしゃべりサロンとしてクリスマス会を開きました。大勢の方に参加していただき、楽しいクリスマス会になりました。



先ずリハビリ体操から始めましょう。



畑中保健師の講話と野島歯科衛生士の舌の講話

介護予防のためには  
何よりも全身の健康が！  
そのためには良好な栄養状態を！  
運動機能の向上や維持を！  
さらに、口腔機能の向上も！

畑中さんのお話の中にあっ  
た「口腔機能の向上・維持」  
についてお話しします。  
先ずは、舌の体操から  
次に舌の掃除を！



フォークダンスも楽しかったし、  
サンタさんからプレゼントをいた  
だき、ケーキもいただき、  
クリスマスソングもみなで歌い、  
楽しいひと時でした。