

平成30年度小金井歯科医師会主催 市民公開講座

おいしく、楽しく、美しく ^{せっしょくきのう} “**摂食機能**” の実力
～長生きは唾液で決まる～

●日時：2018年10月10日（水）
13：30～15：00

●会場：商工会館2階

小金井市前原町3-33-25 小金井市役所第一庁舎前
JR中央線 武蔵小金井駅南口より徒歩7分

定員締切
先着70名
参加費無料



講師紹介

日本大学歯学部 摂食機能療法学講座 植田耕一郎 教授

- ・日本摂食嚥下リハビリテーション学会理事長
 - ・日本老年歯科医学会理事
- 「長生きは唾液で決まる」「脳卒中患者の口腔ケア」ほか著書多数

今回は、食事をテーマに、それら能力に秀でた日本人ならではの健康観について考えてみたいと思います。食事と申しましても、健康食の調理法ではなく、食事をするための“摂食機能”についてです。健康と幸福を育む摂食機能のパワーについて、以下の項目に準じて紹介いたします。

1. 摂食機能を知る

摂食機能を知ること、食事がますますおいしく感じられることでしょう。

2. 健康を悟る

健康とは何か。健康を悟ることで「生きる」をより楽しくしたいと思います。

3. 体の声を聞く

自分が自分に発する声です。体の声を認識すれば、頑張ることも休むことも上手になります。唾液は格好の健康指標です。

4. 感謝を重ねる

呼吸、話す、食べるといった当たり前なことの積み重ねが最も尊いことです。

お申込みはお電話で 9月18日（火）より受付開始
予約 TEL：小金井歯科医師会 042-385-0303

後援：小金井市