Iwaki City Press Release

いわき市
令和８年 11 月６日

第 19 回小名浜地区健康づくり講演会を開催

小名浜地区保健委員会では、地域住民の健康の保持・増進に寄与することを目的に講演会を開催しており、令和８年度については次のとおり開催しますので、お知らせします。

【日　　時】 令和８年 11 月 21 日(土)10 時から 11 時 30 分まで

【場　　所】 小名浜市民会館　ホール

【演　　題】 「オーラルフレイル知っていますか？
～元気のもとはお口から～」

【講　　師】 日本歯科大学　教授
口腔リハビリテーション多摩クリニック　院長
菊谷　武　氏

【定　　員】 200 名程度

【参 加 料】 無料

【参加方法】 申込不要・先着順

【主　　催】 小名浜地区保健委員会

【詳　　細】
8020 運動により自分の歯を多く残す高齢者は増えていますが、歯があっても食べにくい人がみられます。食べることや話すことには舌の働きが重要であり、舌の筋力は 75 歳頃から低下しやすいと言われております。舌の力を保つには、日頃から口をよく動かすことが大切であることについての講演です。

本件に関する
お問い合わせ

小名浜支所　市民課　保健衛生係
担当:磯上　　電話:0246-54-2114

第19回健康づくり講演会

オーラルフレイル知ってますか？
～元気のもとはお口から～

うまく
噛めないな…

飲み込みが
悪くなったな…



活舌が悪く
なったな…

※オーラルフレイルとは、
体や心の衰えにつながる
口の衰えのことです。



日時 2026 11/21（土） 10:00 ~11:30
開場 9:40

定員 先着 200名

参加費 無料

会場 小名浜市民会館 ホール
（小名浜愛宕上６－１）

申込 申込不要・当日先着順

講師

菊谷　武　さん

日本歯科大学　教授
口腔リハビリテーション多摩クリニック　院長

＼お問い合わせはこちら／
小名浜地区保健委員会事務局
小名浜支所 市民課 保健衛生係内
電話：0246-54-2114（直通）