

お口からはじめる心とからだの健康づくり



～口腔ケア～

人生 100 年時代。「元気で長生きーお口からはじめる心身の健康づくり
～口腔ケア～」口腔の基礎知識と口腔ケアの実践(口の中を清潔にする
・口の働きをよくする健口体操・滑舌練習や早口言葉 など)を通して、
フレイル*予防と生涯口から食べるを目指します。 *心と体の働きが弱くなって
きた状態＝虚弱

講 師：金田 恵美子 (歯科衛生士、社会福祉士)

日 時：令和7年 **11月 9日(日)** **13:30～15:30**

* 内容により、途中入場はできませんのでご了承ください。

会 場：江東区男女共同参画推進センター(パルシティ江東内)
地下1階 音楽スタジオ

募集人数：25 名 (こども同伴不可) 定員に空きがあれば当日参加可能です！

受講料：無料

申込み：令和7年10月5日(日)午前9時～

電話、窓口、ホームページにて受付(先着順)

保 育：満1歳6ヵ月～就学前(無料 申込時要予約)

※保育ご希望の方は令和7年10月23日(木)までにお申し込みください(先着順)

企 画：四季の会(第4期江東区女性大学〈パルカレッジ〉修了生の会)

主 催：江東区

企画協力：2025いそどりフォーラム実行委員会

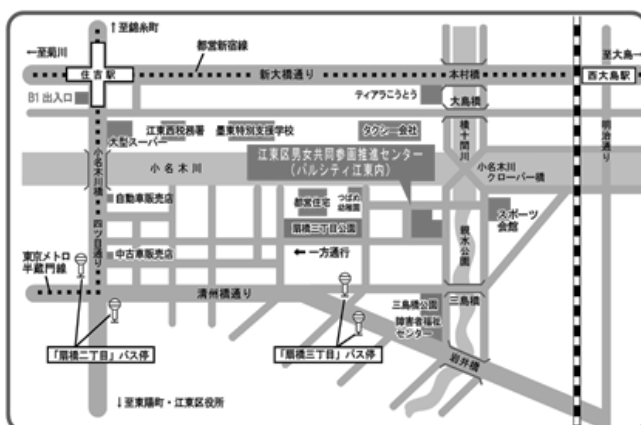
【申込み・問合せ】江東区男女共同参画推進センター(パルシティ江東内)受付時間 9:00～21:00

江東区扇橋3-22-2 電話 03(5683)0341 (第2・4月曜休館(祝日は開館))

インターネットの場合： で

交通案内

- ◆ 都営新宿線・東京メトロ半蔵門線
「住吉駅」下車(B1出口)徒歩12分
- ◆ 都営バス
門前仲町、木場、東陽町、豊洲方面及び、
錦糸町方面からお越しの場合
● 東22系統 錦糸町駅前 ⇄ 東京丸の内北口
(扇橋二丁目下車 徒歩6分)
● 錦22系統 錦糸町駅前 ⇄ 臨海車庫
(扇橋二丁目下車 徒歩6分)
東砂6丁目、亀高橋、境川及び、
清澄・白河方面からお越しの場合
● 秋26系統 葛西駅前 ⇄ 秋葉原駅前
(扇橋三丁目下車 徒歩3分)
お車でのご来館はご遠慮ください。



男女共同参画推進センターに隣接する
水門橋及び横十間川親水公園の一部
が、現在改修工事のため、閉鎖されてい
ます。お越しの際はご注意ください。