

# 令和3年度 南区健康講演会

## オーラルフレイル予防と 南区の健康づくり

「フレイル」は加齢に伴い心身機能が低下することです。

新型コロナウイルス感染症拡大の影響によりマスクを着用する生活が続き、口の周りの筋肉を使わなくなるなど、嚙んだり飲み込んだりする力が衰える「オーラルフレイル」の懸念が高まっています。オーラルフレイルが進むと身体全体のフレイルにつながりやすいと言われ、日頃から口の周りのささいな衰えを見逃さず、いつまでも食事を楽しめる口の機能を維持することが重要です。

「オーラルフレイル予防」の第一人者、平野浩彦医師による講演と、地域で活動する関係団体からの健康づくりに関する活動紹介を行います。

日時

令和4年2月13日（日）13:30～15:00

※受付13:00～

場所

南区役所7階会議室（南区浦舟町2-33）

講演

平野 浩彦氏（東京都健康長寿医療センター 歯科口腔外科部長）  
テーマ：「健康長寿の秘訣！～オーラルフレイルをご存じですか～」

### <講師プロフィール>

医学博士、歯科医師。1990年日本大学松戸歯学部卒業。東京都老人医療センター（現・東京都健康長寿医療センター）歯科口腔外科研修医、国立東京第二病院（現・国立病院機構東京医療センター）口腔外科研修医を経て、1992年東京都老人医療センター歯科口腔外科主事、2002年同センター医長、2009年東京都健康長寿医療センター研究所専門副部長。2016年より現職。



活動紹介

- ・南区食生活等改善推進委員会（ヘルスマイト）会長 石崎ちえみ氏
- ・南区保健活動推進委員会会長 中村 雅一氏



対象

南区在住、在勤の方

申込

- ・申込フォーム（右記2次元コードから） <申込フォーム>
- ・Eメール（mn-unei@city.yokohama.jp）、FAX（045-341-1189）

※Eメールは、件名に「南区健康講演会申込み」と明記のうえ、本文に①氏名、②住所、③連絡先電話番号・Eメールアドレス、④手話通訳の要・不要を記載してください。（申込締切：2月3日（木）まで）

※FAXは、別添申込用紙をご利用ください。

定員

100人（応募者多数の場合は抽選。抽選に漏れた方のみ2月8日（火）までにEメール・FAXで連絡します。）

その他

手話通訳あり（事前予約要。2月3日（木）まで）

※申込みの際にいただいた個人情報は、本講演会の運営以外の目的には使用しません。

<問い合わせ先> 南区役所福祉保健課運営企画係  
☎045-341-1181 Eメール：[mn-unei@city.yokohama.jp](mailto:mn-unei@city.yokohama.jp)

# 令和3年度南区健康講演会 F A X 申込用紙

氏名	
住所	
電話番号	
F A X 番号	
Eメールアドレス	
手話通訳 (いずれかに「○」)	要 ・ 不要

※申込締切：令和4年2月3日（木）

<申込先>

南区福祉保健課運営企画係

F A X : 0 4 5 - 3 4 1 - 1 1 8 9