

「てんぱくお口の体操」を考案！

～ なぜ今お口なの？ ～

健康長寿社会をめざした全国規模の調査「健康とくらしの調査」から、天白区民のみなさんの健康状態は比較的良好でした。しかし、口腔機能が低下している方の割合が高いことが明らかになりました。半年前より、固いものが食べにくくなった、お茶や汁物でむせることがよくある、口の渇きが気になるなどありませんか？お口のささいな機能低下は全身の虚弱な状態のはじまりと言われます。早めに気づいて対応することで全身を健康な状態に近づけることができます。そこで、みんなで楽しみながら取り組める「てんぱくお口の体操」を考案しました！

