

村民のみなさまへ

大潟村役場からのお知らせ

令和7年4月18日

カムカム健康プログラムのご案内

本事業は、“よく噛む”をコンセプトにした「カムカム弁当」を食べながら、松本歯科大学 増田裕次特任教授をはじめとした県内外の講師の先生方の講話を受講し、「食べて」「学んで」「健康になれる」プログラムです。

本事業に参加することで、健康長寿のカギとなる健康な口を維持するオーラルフレイルの予防法を体感することができます。

1回目

日時：6月17日（火） 9：30～12：30

場所：村民センター

「カムカム健康プログラムについて」アンケート調査とカムカム弁当実食

参加条件

- ① 60歳以上の方（義歯ありでも可）
- ② スマートフォン所有者（LINE アプリを使用します）
- ③ 6回すべて参加でき、研究に協力できる方



メニュー例

2回目以降の日程（すべて火曜日） ＊会場：村民センター

- | | | | |
|---|-----------|--------------|-------------|
| ② | 7月15日（火） | 「誤嚥性肺炎と口腔ケア」 | 11：00～12：30 |
| ③ | 9月 2日（火） | 「咀嚼の効用」 | 11：00～12：30 |
| ④ | 10月 7日（火） | 「口腔衛生」 | 11：00～12：30 |
| ⑤ | 11月11日（火） | 「栄養と食事」 | 11：00～12：30 |
| ⑥ | 12月 9日（火） | 「プログラムのまとめ」 | 9：00～12：30 |

※メニューは変更になる場合があります。

【申込み】

5月30日（金）まで

保健センターへお電話または右記 QR コードにてお申し込みください。



お問い合わせは

大潟村保健センター TEL：45-2613 FAX：27-8420