

報道機関各位

長岡市福祉保健部健康増進課長



お口の健康と食事の大切さについて学んでみませんか？

けんこう

# 「歯と食の健口ひろば」を開催

長岡市は、6月の「歯と口の健康週間」と「食育月間」に合わせ、市民が歯科疾患の予防を行いながら、生涯を通して自分の歯で食生活を楽しめるよう、歯の健康をテーマとした講演会を開催します。

また、歯の健康相談、クイズコーナー、食生活改善推進委員による野菜を美味しく食べるためのレシピ紹介などのイベントを同時に開催し、「健口」や生活習慣病を予防するための食生活についても楽しく学ぶことができます。

つきましては、下記のとおり概要をお知らせしますので、周知に御協力いただくとともに、当日はぜひ取材くださるようお願いいたします。

## 歯と食の健口ひろば

- 1 日 時 6月2日(日) 講演会 午後1時30分～2時45分  
イベント 午前10時～午後3時30分
- 2 会 場 アオーレ長岡(長岡市大手通1丁目4番地10)  
(講演会：市民交流ホールA、イベント：ナカドマ)
- 3 内 容

<p>講演会</p> <p>※定員 200人 先着</p>	<p>「歯の講演会」午後1時30分～2時45分</p> <p>演題:「見逃さないで！オーラルフレイル ～健康長寿のために今できる 口のケア～」</p> <p>講師:東京歯科大学 主任教授 上田 貴之氏</p> 	<p>申込み 健康増進課に電話 (0258-39-7508) または下記サイトから <a href="https://logoform.jp/form/P5EF/534291">https://logoform.jp/form/P5EF/534291</a></p> 
<p>同時開催 イベント</p>	<p>○長岡歯科医師会主催イベント 午前10時～午後3時30分 歯の健康相談、 クイズコーナーなど</p> <p>○長岡市健康増進課主催イベント 午後1時～3時30分 食生活改善推進委員による野菜をたくさん食べるコツやレシピの紹介</p>  <p>昨年イベントの様子</p>	<p>長岡歯科医師会主催イベントはナカドマ、長岡市健康増進課主催イベントはハワイエへ直接お越しください。</p>

### ※講師プロフィール

**上田 貴之氏**:東京歯科大学卒、東京歯科大学大学院修了。専門は高齢者歯科医学。著書に『お口だって老化するんです-歯科の新しい病気「口腔機能低下症」かも…』など。「おはよう日本」(NHK)、「あさいち」(NHK)などメディアや新聞、雑誌にも出演多数。

問合せ：福祉保健部健康増進課 五百川  
TEL 0258-39-7508



# 歯と食の



# 健康ひろば



日時 令和6年6月2日(日)

会場 アオーレ長岡 (長岡市大手通1丁目4-10)

見逃さないで! オーラルフレイル  
~健康長寿のために今できる口のケア~



会場 アオーレ長岡 市民交流ホールA 時間 13:30~14:45

講師 うえだ たかゆき 上田 貴之氏

東京歯科大学 老年歯科補綴学講座 主任教授

略歴 歯科医師、博士(歯学) / 東京歯科大学卒、東京歯科大学大学院修了 / 専門は高齢者歯科医学 / 著書に「お口だって老化するんですー歯科の新しい病気「口腔機能低下症」かも・・・」など。「おはよう日本」(NHK)、「あさイチ」(NHK)などメディアや新聞、雑誌にも出演多数。

定員200名 先着

対象 市民の方どなたでも

参加料無料

申込み 5月7日(火)から  
健康増進課へ電話または  
QRコードでお申し込みください。

長岡市健康増進課  
☎0258-39-7508  
(平日 8:30 ~ 17:15)



【主催】長岡市 【共催】長岡歯科医師会

## 同時開催イベント

は くち 「歯と口の健康週間」 会場 アオーレ長岡 ナカドマ 時間 10:00~15:30

歯と口の健康クイズ  
~参加者には口腔ケア用品プレゼント~



カミカミテスト  
~不思議なガムでかむ力をチェック~



型どり体験  
~指の型を作ってみよう~  
(小学生以下限定)

アオーレ歯医者さん  
~歯と口の健康相談・ブラッシング指導~



けんこう 健口テスト  
~発声しながらお口の機能をチェック~



【主催】長岡歯科医師会

食育に関するブース 会場 アオーレ長岡 ホワイエ 時間 13:00~15:30

「もっとおいしく野菜を食べよう」  
(食生活改善推進委員から野菜をたくさん食べるコツやレシピの紹介があります。)



【主催】長岡市健康増進課

お問い合わせ 長岡市健康増進課 〒940-0084 長岡市幸町2-1-1 ☎0258-39-7508 (平日 8:30 ~ 17:15)