

きらく  
**お喜楽カフェ ハートケア東大宮**  
**開催のお知らせ**

**開催日: 令和6年11月10日(日) 10:00~12:00**

**どなたでも参加できますので是非お越し下さい**

**場 所: ハートケア東大宮: さいたま市見沼区風渡野 45**  
**(大宮東警察署向かいの施設です)**

**参加費: 無料** ご希望の方は体操も行いますので動きやすい服装でお越しください

**当日のスケジュール**

9:30~10:00 受付

10:05~10:50 講義 『食べる』『飲み込む』を理解しよう!  
~誤嚥性肺炎の予防のために~

株式会社フードケア

10:55~11:15 口から元気!! 歯科衛生士が教える口腔ケア

11:15~11:35 体操 いい姿勢を保つ筋肉を動かそう!  
~いい食事はいい姿勢から~

リハビリ職による姿勢保持・体幹の体操

11:35~12:00 ティータイム・ご自由に歓談・ご質問などもお伺いします

ご希望の方は介護士や支援相談員による介護相談も受け付けます。

※参加ご希望の方は **11月7日(木)まで**にお電話にてお申込み下さい。

体調がすぐれない方、同居のご家族や身近な方に

発熱等の症状がある場合は参加をお控え下さい。

当日はマスクの着用、手指消毒のご協力をお願いします。

受付時間: 10:00~17:00



**介護老人保健施設ハートケア東大宮**

電話番号:048-682-6821