



安全で健康、そしてゆとりある快適職場づくり
をサポートする渋谷労働基準協会

無料

健康づくりセミナー

良い健康状態で良く仕事を頑張るために

渋谷労働基準協会
(一社)大田労働基準協会

30歳以上の成人の約80%が歯周病にかかっていると言われています。
歯周病菌が血流や炎症性物質を通じて全身に影響を及ぼし、糖尿病、がん、心疾患、脳血管障害、呼吸器疾患などのリスクを高める恐れのある重大な病気です。
体調の不良は気にしても、口腔ケアは後回しになる傾向があるとされています。
歯と口はその人の健康を支えるなど、人生の中でもとても大切な役割を持っています。口腔ケアは、虫歯や歯周病の予防だけでなく、口腔機能の維持・向上や全身の健康生活の質向上にもつながります。

日時	令和8年11月11日(水) 15:00～16:30
場所	渋谷区立商工会館5階 第1会議室 渋谷区渋谷1-12-5
内容	◆ 口腔ケアとは ◆ 口腔ケアの種類 1 器質的口腔ケア（歯磨き・うがい・歯茎清掃・義歯の洗浄や着脱） 2 機能的口腔ケア（食べる・話す・呼吸する・表情を作る） ◆ 口腔ケアのメリット ◆ 口の中の状態をチェック ◆ 口腔ケアのポイントと手順 ◆ 口腔ケアを行うためのアイテム
講師	地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター研究所 自立促進と精神保健研究チーム 研究員 白部 麻樹 氏
費用	無料
定員	60名（定員に達して、参加できないときのみご連絡いたします）
申込方法 申込先	裏面申込票にご記入のうえ、FAXでお申し込みください。 大田労働基準協会 大田区蒲田5-40-1 法人ビル3F TEL:03-3738-0118 FAX:03-3738-0128
その他	この講習は、東京都健康長寿医療センターのご協力をいただいております。

無料 職場での健康づくりセミナー申込書

令和8年11月11日(水) 15:00～16:30

会員の別	○を付けてください。 渋谷・品川・大田・新宿・池袋会員・会員以外		
事業場名		TEL	
		FAX	
所在地	〒		
連絡担当者	部署 氏名		
受講者	氏名	受講番号(協会記入欄)	
受講者	氏名	受講番号(協会記入欄)	

(一社)大田労働基準協会

FAX 番号：03-3738-0128

注：◆個人情報、本研修のため以外に使用することはありません。

渋谷区立商工会館
5階第1室
渋谷区渋谷1-12-5

受付日
月 日

