

# 食と健回づくりフェスタ2017

しよく けん こそう

ストップ！ザ・口呼吸、食育・息育から健全な口腔！そして免疫力アップ！

## 第40回 歯を守る集い講演会

# 「食べることと歩くことが 出来れば人生はしあわせ」



口と鼻は食事と空気の通り道「息育」をスムーズに行えるよう舌の位置を正す「あいうべ体操」。

「足育」の足指をひろげてのばす「ひろのば体操」二つとも、その場から出来る簡単で大切な健康法です。

「二つのソクイク」で元気な健康生活について講演いただきます。

### 講師略歴

山口大学医学部卒業 同大学救急医学講座入局、福岡徳洲会病院麻酔科、飯塚病院漢方診療科医長、山口大学総合診療部助手を経て平成18年みらいクリニック開業。日本東洋医学会認定漢方専門医、日本病巣疾患研究会副会長、加圧トレーニングスペシャリストインストラクター。

講師 **今井一彰先生** (みらいクリニック院長)

**日時** 平成29年6月24日(土)

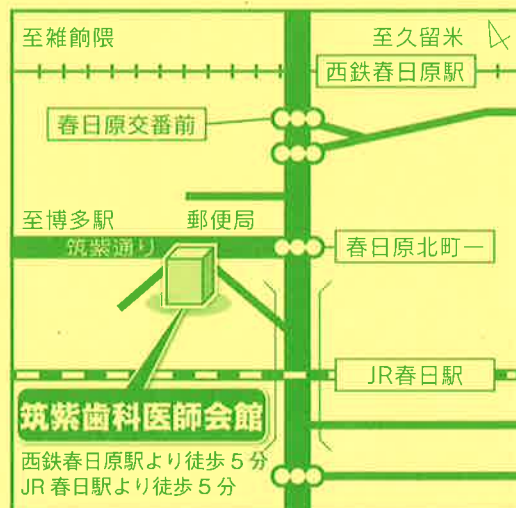
**14:30~16:00**

**場所** 筑紫歯科医師会館

春日市春日原北町1丁目3番6号

**定員** 会場の都合により定員150名

**お問い合わせ先** 筑紫歯科医師会 TEL092-572-8211 <http://chikushida.or.jp>



※駐車場がわずかしかございませんので近隣のコインパーキングをお使い頂くか、公共交通機関をご利用ください。