



公開講座

いのち未来学校

日時

令和6年

12月1日(日) 午後2時~4時

テーマ

舌が上がれば肩こり、頭痛が改善し、健康寿命もアップする

～舌はがしから始める健康講座～

ご自分で口の中を触ったことはありますか？
口の中をほぐして、舌が上がると姿勢、睡眠の質も変わり、力を抜いてより楽に生きられます。ご自分でできる方法を教えます！
手鏡があれば、当日お持ちください。

講師

真生会デンタルクリニック
歯科医師

波部有里先生



- ・大阪大学歯学部卒
- ・2児の母
- ・出身は兵庫県、関西人です。

参加申込 / お問い合わせ

予約は電話、メール、右の二次元コードで受け付けています。



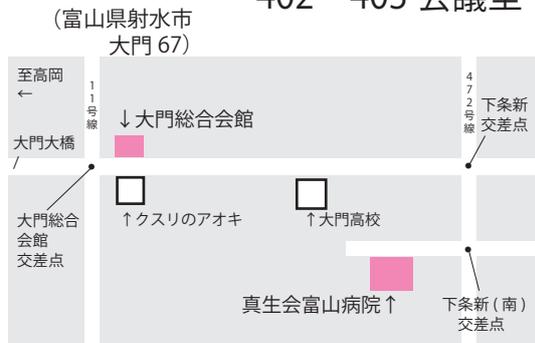
席に限りがありますので、事前予約をお願いします。 **定員 60名**

TEL : 080-4102-3728 (正玄)
Email : info@imizu-world.com

入場料は、お気持ちを受付の「ハートフル募金」においれください。

会場

射水市大門総合会館 402・403 会議室



★向かいのクスリのアオキ様の駐車場も、ご利用いただけます。(道路寄りの黄色色の区画内にお駐めください)

後援 射水市

共催



医療法人 真生会
真生会富山病院
SHINSEIKAI TOYAMA HOSPITAL



一般社団法人
シニアサポート北陸



一般社団法人
富山県いみず市を
世界に発信する会