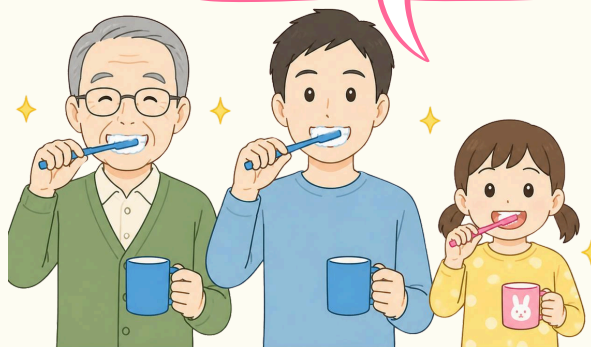


イキイキとした暮らしは お口から



もう迷わない！歯ブラシの選び方と使い方

お口の健康は
全身の健康につながります！



日時 令和8年（2026年）

11月19日（木）

10:00～11:30（受付：9:30～）

会場

熊本市中央公民館

6階 大会議室3

（熊本市中央区草葉町5番1号）

対象

市内在住 または 通勤・通学する方

定員

30 名程度（先着順）

オーラルフレイルとは？

お口の機能のささいな衰えを
放っておくと、全身のフレ
イル（虚弱）につながります。



この講座で学べること



お口の健康と
全身のつながり



毎日のオーラルケア
のポイント



オーラルケア用品の
選び方と使い方

実習あり！ 歯ブラシ・歯間ブラシの
選び方と使い方を体験できます！

参加記念品



歯ブラシ・歯間ブラシ

をプレゼント！



講師

ライオン株式会社
オーラルケアマイスター

平野 正徳 氏



歯とお口の健康について楽しく学べる
わかりやすい講義を行います。

申込み方法

申込期間 令和8年（2026年）

10月19日（月）午前9時から

受付方法

申込フォーム もしくは 電話

申込先

熊本市消費者センター

TEL:096-353-5757

申込フォーム
はこちら



受講料

無料

アクセス

熊本市中央公民館

（熊本市中央区草葉町5番1号）

- ・専用駐車場はありません。
- ・ご来場の際は、近隣の有料駐車場
または公共交通機関をご利用ください。