

## 若林区仮設町内会にて「調査前健康講話」が行われました

若林区仮設町内会にて「調査前健康講話」が行われました。全体で70名弱の参加がありました。

日程／会場

- ・ 7月30日（火） 荒井小用地、卸町東2丁目公園
- ・ 8月1日（木） ニッペリア、七郷中央公園

今回は、4回目までの健診結果の推移とともに、東北大学公衆衛生学分野が今まで発表した研究成果についても講話を行い、健康を維持するための栄養や運動の重要性についてお話ししました。

また、東北大学の講話の後、若林区の歯科衛生士の方によってガムを用いた咀嚼力（かむ力）のチェックを行ったのち、お口の体操や、唾液腺マッサージなどの口腔衛生に関わる講演と実習が行われました。お口の体操や唾液腺マッサージは口腔衛生にもよいだけでなく、何度もやると顔の表情筋なども動いていることがよくわかり、口角の維持などにも有効かもしれないとのことで、参加された皆様の顔からも、実習後は明るく豊かな表情を見ることができたように思います。

（公衆衛生学分野・柿崎真沙子）

