

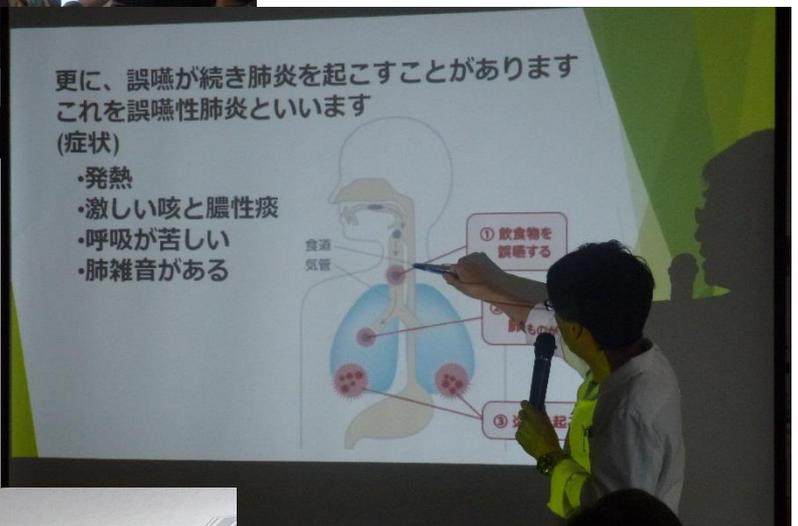
みなみ健康サロンが 平成30年10月20日（土）に開催されました。

今回のテーマは **嚥下機能（飲み込み）** について でした。

今回は、歯科の新谷先生に嚥下（飲み込み）についてお話していただきました。
とても勉強になりました。



今回は **24名** の地域の方にご参加いただきました！



今回は、**嚥下体操**を行いました。

顔や首の筋肉の緊張を解いたり、鍛えたりすることが目的です。
習慣づけたいものですね。



次回は11月24日、はり・きゅう治療院より、「知って得するツボ講座」です。
ご興味のある方は是非いらしてくださいね。