

Women's
Salon

くるり

@わたしのカラダ

QOL(生活の質)低下につながる身近な不安軽減②

お口の健康 (オーラルケア)

令和7年 9月7日(日)

10:00~12:00

会場：ふくいウイメンズ・オアシス
(福井県生活学習館2階)



講師&助言：

谷口 由紀 さん
(歯科衛生士)

参加
無料

定員
8名

対象：テーマに関心がある女性

内容：ミニ講座

& 質疑応答含めて参加者みんなでフリートーク

くるり@わたしのカラダの
お申込み



アナタのお口は大丈夫？

男性と比べて女性は、ホルモンバランスの変化によってお口の中の環境が変化しやすく、悩みを抱えやすい傾向があるそうです。

例えば…、更年期には、女性ホルモン減少により唾液の分泌量が減って口腔内が乾燥しやすくなり、口臭や虫歯、歯周病などのリスクが高まるらしい…。

気になるけどなかなか人に言いづらいお口の悩み。もっと早くケアしておけばと後悔しないためにも、歯科衛生士さんを囲んで皆で話しませんか。口腔ケアに関する助言をもらって、活かして、これからの生活をより充実させていきましょう。

女性のためのピアサポートサロン 「Women's Salon くるり」

「ふくいウイメンズ・オアシス」にて毎月開催

「@わたしのカラダ」「@こころ」「@夫婦・家族」「@お仕事」「@おひとりさま」「@ふくい移住者」など身近なテーマを設定し、ざっくばらんに話し合う場です。自分が語るのはもちろん、聴いているだけでも大丈夫。

参加者同士で、気持ちや経験・情報を分かち合い「ひとりじゃない」って思える時間を一緒に過ごしましょう。

チャイルドルームの
お申込み(要予約)
【料金】300円/人
【対象】生後6ヶ月~6才



ふくいウイメンズ・オアシス



■お申し込み／お問い合わせ■

ふくいウイメンズ・オアシス

(運営：公益財団法人ふくい女性財団)

福井市下六条町 14-1 福井県生活学習館2階

TEL 0776-89-1008 Mail w-oasis@f-jhosei.or.jp



経済的に困りの方に
無償で生理用品を
提供しています

