

## 松本地域タウンミーティング 2025

# オーラルフレイル予防講演会を開催します ～人生100年時代、健康寿命を延ばすコツ。歩いて、学ぼう！～

シニア世代の社会参加のきっかけづくりの場として公益財団法人長野県長寿社会開発センター松本支部が毎年開催する松本地域タウンミーティングにおいて、本年度は、日本スポーツ歯科医学会学会専門医としてアスリートや運動競技に関する指導を行う松本歯科大学の鷹股特認教授から健康寿命を延ばすコツを学びます。

事前申込不要

どなたでも参加可

### 日時

令和7年9月24日(水) 正午から午後1時20分まで

### 場所

イオンモール松本 風庭2階(イオンホール)  
(松本市中心4丁目9-51)

### 参加者

長野県シニア大学生、松本地区賛助会員、一般参加者 50名程度

### 主催

公益財団法人長野県長寿社会開発センター松本支部  
長野県松本保健福祉事務所

### 内容

#### 《健康講演会》

テーマ:「健康に生きるために、オーラルフレイルを予防しよう！」

講師: 松本歯科大学特認教授 鷹股 哲也氏

#### 《同日開催》

イオンモールウォーキング※(午後1時30分～)

※一般財団法人松本ヘルス・ラボがイオンモール店内で毎週水曜日に行うウォーキングイベント。  
今回は、健康講演会参加者のうち希望者がイオンモールウォーキングにも参加し、正しいウォーキングも学びます。

(問合せ先)

担当 長野県松本保健福祉事務所福祉課  
(公益財団法人長野県長寿社会開発センター松本支部)  
杉山、池田

電話 0263-40-1911 (直通)

FAX 0263-40-1803

E-mail matsuhofukushi@pref.nagano.lg.jp