

越谷市歯科医師会 学術部主催 令和7年度学術講演会

2026 **3/15** (日)

14:00～16:00

越谷市中央市民会館4階 16～18会議室にて

入場無料 定員100名 事前申込不要

テーマ：「舌は健康のバロメーター」
～食べる・話すを支える舌の整え方～

講師：オウル歯科 院長 石塚ひろみ先生

〈講師紹介〉

草加市オウル歯科院長。2022年～オンラインサロン「舌の学校」主催。「舌はがし」というフレーズで舌の機能改善について全国各地で講演活動を行っている。著書『なんとなく不調がスッキリする～舌はがし健康法』他。

「舌」のポジションや動かし方・クセなどは歯並びや滑舌に大きな影響を与えます。

お口そして健康のためには「舌」のポジションがもっとも大切。

**舌がしっかり働けるようにするためのセルフケア、「舌はがし」について
実演を交えながらお話します。**



- ◆ 駐車場が少ないためお車でのご来場はご遠慮ください。
- ◇ 越谷駅東口より徒歩7分
- ◇ 越谷駅東口1番バス乗り場より乗車、「越谷市役所前」下車

〈問合せ先〉一般社団法人越谷市歯科医師会
TEL:048-940-1855