

2026 年度事業 失語症会話カフェ主催

言語聴覚士が教える！お口と飲み込み(嚥下)の講習会

『おいしく食べて、いつまでも自分らしく』

「むせるのは悪いこと？」

～食べる・飲み込むしくみを知って、口と喉を元気にする嚥下体操～

「当たり前」の動作を見直して、口と喉を元気に！

私たちは毎日、当たり前のように「食べる」「飲み込む」という動作をしています。

でも、その詳しいしくみを知る機会は意外とありません。

本講習会では、言語聴覚士(ST)がわかりやすくお話しします。

前半:飲み込みのしくみ

食べ物が口から喉・食道へ運ばれるしくみ。誤嚥が「起こるしくみ」と「誤嚥性肺炎」について。「むせるのは悪いこと？」「食事の姿勢はなぜ大切？」「口の体操だけで十分？」など身近な疑問についても一緒に考えます。

後半:お口と喉のトレーニング

口だけでなく、喉や発声にも目を向けた嚥下体操を実際に体験してみましょう。

日 時:2026 年10月24日(土) 13:30～15:30

(受付開始13:15～)

講 師:言語聴覚士(ST) ☆当団体ボランティア

場 所:第一相澤ビル 8階 会議室

(藤沢市南藤沢22-7-101)藤沢駅南口 徒歩 3 分 OPA(オーパ)隣

参加費:無料

持ち物:鏡 (顔全体が映れば大小どちらでも OK)

定 員:30名(先着順)

申込締切:10月17日(土)(裏面に申込用紙あり)

*感染症の流行や気象状況等により中止になる場合があります。
あらかじめご了承ください。

2026 年10/24(土)言語聴覚士による講習会 参加申込書

(ふりがな) 氏名:	
住所:〒	
電話番号:	FAX:
携帯番号:	
該当するところに○印: 失語症当事者・家族・介護従事者・医療従事者・学生・一般・ ボランティア()・その他()	

●この申込書で得た個人情報には講演会案内・連絡のみに使用します。

【ご参加にあたって】

- ・本講習会は、一般市民を対象とした健康啓発・学習を目的とした講習会です。
- ・個別の症状についての評価、嚥下機能の検査・判定、個人的なご相談や訓練方法のご提案などは行っておりません。
- ・ご自身やご家族の食事・嚥下について心配なことがある場合は、医療機関等へご相談ください。

【申込み先・問い合わせ先】

失語症会話カフェ 代表 原田勢津子

〒251-0028 藤沢市本鵜沼5-14-16

TEL/FAX 0466-28-4710

携帯 090-6013-3813

e-mail flower.ocean.harada@jcom.home.ne.jp