

脳卒中予防講座

～今日から始める健康習慣～



基礎知識や予防
のポイントを
学びましょう！



高血圧・動脈硬化



運動不足・不規則な生活



麻痺・言葉が出ない

【対 象】	かすみがうら市在住の方
【内 容】	脳卒中の基礎知識や予防に関する講座 (保健センターの保健師・管理栄養士が説明します)
【日 時】	令和8年3月16日(月) 10時～11時30分
【会 場】	かすみがうら市ウエルネスプラザ(202・203)
【募集人数】	20名まで
【参 加 費】	無料
【申込方法】	お電話でお申し込みください かすみがうら市健康増進課 TEL:029-898-2312
【申込期限】	令和8年3月10日(火)
【主 催】	かすみがうら市健康増進課

