

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】 かすみがうら市ウェルネスプラザ(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

