

心血管病を予防しよう！ ～本当に怖い高血圧～

あなたは高血圧の本当の怖さを知っていますか？

高血圧は、自覚症状がないまま静かに血管をボロボロにし、脳梗塞や心筋梗塞、人工透析が必要になる腎臓病など、命に関わる重大な事態を引き起こします。そこで今回は地域の皆さんの健康を願い、循環器内科医師による講演会を開催いたします。ご自身の健康の為、そして大切なご家族の健康の為に是非ご参加ください。

こんな方におすすめ

- ・いつまでも健康でいたい方
- ・家族の健康を気遣う方
- ・血圧が気になり始めた方



健康長寿キャラクター
サッキー

管理栄養士によるミニ講話もあるよ！



健康長寿キャラクター
健康ピンコロマン

講師

佐久総合病院 佐久医療センター

循環器内科 矢崎 善一 氏

参加費 無料

日時

10月 6日 (火) 午後 1時30分 ～ 3時
(受付：午後1時～)

会場

市民創錬センター 大会議室
(猿久保 1 6 5 - 1)

今すぐLINEで
申込み！

(詳しくはウラ面へ)

定員

佐久市民の方 先着 100 名

申込

LINEまたは電話にて事前にお申込みください。

[お問合わせ・電話での申し込み]

佐久市役所	健康づくり推進課	健康増進係	電話：0267-62-3189(直通)
臼田支所	健康福祉係		電話：0267-82-3115(直通)
浅科支所	健康福祉係		電話：0267-58-2089(直通)
望月支所	健康福祉係		電話：0267-53-3111(代表)

LINEでの申込み方法

- 手順 1** LINEアプリで「ホーム」「トーク」のいずれかのタブを開き、画面上部の検索窓の右側にある **QRコードリーダーボタン** をタップ



- 手順 2** 右の QRコードを読み込む

コチラ →



- 手順 3** 「イベント予約」からお申込み

■ 会場周辺地図



佐久市市民創錬センター
住 所 : 佐久市猿久保165-1