

心臓病教室

体を動かして健康寿命をのばしましょう！

日時：1月30日（水）15：00～15：30

場所：新棟4階心臓リハビリ室



新年あけましておめでとうございます。
2019年もよろしくお願ひします。
新年は「病気の予防」についての話からスタートします。
長寿社会を迎えて「元気で長生き」を実践するために
健康的な生活習慣を身につけて今年も元気に過ごしましょう。

どなたでもお気軽にご参加下さい。

・当日は血圧、脈拍、BMI測定と簡単なセルフチェックシート
をご用意しております。



申込不要

心臓リハビリ室では定期的に心臓病教室を開催しております。
医師・理学療法士・看護師・薬剤師・栄養士が各専門分野につ
いて詳しくご説明します。

次回のお知らせ

次回は2月27日（水）15：00～15：30
『高血圧・心臓病のための上手な塩分制限』について
管理栄養士がお話します。