

高血圧予防教室

持続可能な高血圧対策を
医師・理学療法士・管理栄養士が
ご提案します。



自覚症状がないまま進行する高血圧予防方法について一緒に学びませんか？

【参加費】 無料 【定員】 50名（事前申込制）

	日時	演題	場所
1日目	令和8年 2月10日(火) 10:00~11:30	「高血圧はサイレントキラー： 臓器障害の連鎖が忍び寄る」 興生総合病院 医師 平井 章三 氏	中央公民館 (三原市円一町 2丁目3番1号) 1日目：中講堂 2日目：大講堂
2日目	令和8年 2月16日(月) 14:00~16:00	●「今日からできる！ 高血圧を防ぐ食事のポイント」 三原市 管理栄養士 ●「誰でも簡単！ すぐできる高血圧を防ぐ運動のポイント」 三原赤十字病院 理学療法士 上村 浩二 氏	

- 可能な限り2日とも参加してください。
- 駐車場は、市営円一駐車場（入庫後2時間は無料）をご利用ください。
- 2日目は、動きやすい服装でお越しください。

お
申
込
み

三原市保健福祉課

☎ 0848-67-6053

[営業時間] 平日 8時30分~17時15分

申込期間 2026年1月5日(月) から
2026年2月6日(金) まで

[申込用QRコード]

