

# 「高血圧予防・改善セミナーin いわき」

## 開催のお知らせ



福島県では成人男性の約6割、成人女性の約5割が高血圧症または、予備軍との調査結果が出ています。(福島県保険者協議会調べ)

高血圧は脳卒中や心臓病、腎不全など命に関わる病気を引き起こす主な原因となっています。

福島放送では高血圧予防をはじめ、県民の健康増進を目的に「ふくしまの健康！応援キャンペーン うでをまкруう、ふくしま！」を展開しています。

その一環として、高血圧症の予防と改善をテーマにしたセミナーをいわき市で開催します。

■開催日 2021年11月28日(日) 13:00～15:00

\*12:00開場

■会場 いわき芸術文化交流館アリオス

### ■タイムスケジュール

13:00 第1部 基調講演「放置するとアノ病気より危険って本当？」

13:45 試食会 いわきの食材を使った減塩食

14:25 第2部 運動ワークショップ「座ってできるヨガ体操」

14:55 抽選会 血圧計1台をプレゼント

### ■講師

高血圧学会認定高血圧専門医・指導医

一般社団法人テレメディーズ代表 谷田部 淳一医師

Re.yoga Lotus 代表 薫谷 弘子さん



■定員 200名(先着)\*締め切り 11月17日(水)必着

主催 福島放送 共催 いわき市

後援 日本高血圧学会、福島県、福島県医師会、福島県看護協会、福島県市長会、福島県町村会

問い合わせ先 福島放送営業推進部 TEL024-933-5856 (平日 9:30～17:30)