



世界高血圧の日 市民公開講座

～血圧をしっかり下げて
健康寿命を延ばしましょう。
みんなで考えよう高血圧 in 高知～

2024年5月25日

13:00開場 14:00開演 参加費:無料

会場 ちより街テラス 3Fちよテラホール 高知市知寄町2丁目1-37

お問合せ 高知大学医学部 老年病・循環器内科学 TEL 088-880-2352

おまけ

講演後に
家庭用血圧計
プレゼント抽選会
があります



当日セルフ測定用の
血圧計を会場内に配置

司会 高血圧協会高知支部長 近森病院 土居義典

講演1 医師の立場から

「血圧との正しい付き合い方」 30分

北岡裕章 高知大学 老年病・循環器内科学

講演2 管理栄養士の立場から

「適塩生活とフレイル予防をしたら、どうなるの?」 20分

炭谷由佳 高知大学 栄養管理部 管理栄養士

講演3 理学療法士の立場から

「めざせ改善!! 高血圧-運動のスーマー」 20分

東根風志 高知大学 医療技術部 理学療法士

講演4 患者(脳卒中(脳梗塞)経験者)の立場から

「高血圧を甘く見るな!! 経験者が語る脳卒中の備え」 45分

川勝弘之 公益社団法人日本脳卒中協会副理事長

厚生労働省循環器病対策推進協議会委員