

報道機関各位

いきいき健康講演会 知って学んで、即実践！

「生活習慣病の予防と対策」

～血糖・血圧を正常に保つために～

血糖値や血圧を高い状態をそのままにしておくと、じわじわと血管を傷つけ、血管の老化を加速させてしまいます。

血管を傷つけてしまうその前に、血管をイキイキと若く保つために、今こそできる！今からできる！ことを知って学んで、生活に取り入れてみませんか？

1 日 時

平成 28 年 9 月 15 日（木） 午後 7 時から 8 時 30 分まで

2 場 所

箕輪町地域交流センター 研修室 A・B

3 内 容

長田内科循環器科医院長 長田和裕医師による講演会

4 参加方法

箕輪町にお住まいの方が対象となります。

事前の申し込みが必要となります。8月30日までにお電話等でお申込みください。

参加人数に限りがございます。お早目にお申込みください。

参加費用は無料です。お友達やご家族でお誘いあって、ぜひご参加ください。

添付資料 有 無 健康推進課健康づくり支援係
(課長) 百瀬喜美子 (担当) 兼子真紀
電 話 : 0 2 6 5 - 7 9 - 3 1 1 1 (内線) 1 1 9
F A X : 0 2 6 5 - 7 9 - 0 2 3 0
E - mail : kenko@town.minowa.nagano.jp