

高血圧を予防するには？ 生活習慣のここがポイント



**参加費
無料**

最近血圧が高めだけど、別に体調に変わりはないし…これくらいなら大丈夫！と思っていませんか？
日本では、高血圧の方は約3人に1人いると推定されています。誰もがなりうる身近な病気ですが、放っておくと動脈硬化が進み、脳卒中や心臓病、認知症の発生原因になります。高血圧予防のポイントを知り、日々の生活を振り返ってみましょう。

【日 時】

令和3年9月18日(土)10:30～12:00

※受付10:00～

【講 師】



東北大学名誉教授
公立刈田総合病院特別管理者
伊藤貞嘉氏

【経歴】

東北大学医学部卒、米国ヘンリーフォード病院にスタッフとして合計10年以上勤務、帰国して東北大学医学部第二内科講師、同教授、東北大学理事（研究担当）を経て、平成31年から現職。日本高血圧学会理事長、日本内科学会会長、腎臓学会会長、高血圧学会会長、内分泌学会会長等を歴任。

【主な受賞】

紫綬褒章、文部科学大臣表彰、日本高血圧学会栄誉賞、アメリカ高血圧学会の最高栄誉賞など

【会 場】

仙台市シルバーセンター 1階交流ホール

(仙台市青葉区花京院1-3-2)

【定 員】

仙台市内在住、または通勤・通学中の18歳以上の方 150名（先着）

令和3年8月7日(土)10:00～先着順で受付開始！

※申込詳細は裏面をご覧ください

①催事名	令和3年9月18日（土）健康づくり講演会				
②氏名	フリガナ（ ）	⑤ 年齢	歳	⑥ 性別	男・女
③住所	〒 青・宮・太・若・泉				
④TEL					

※ご記入いただいた個人情報は、当センターにて適切に管理し、このセミナー運営に関わる業務にのみ使用いたします。

キリトリ

- ・ **受付開始：令和3年8月7日（土）10:00開始**
- ・ 電話、直接健康増進センター窓口、または上記の必要事項①～⑥を記入のうえ、F A X、メール、でお申込みください。
- ・ 随時、受講券を発送いたします。
- ・ 定員に達し次第、受付終了となります。受付終了後に、お申込みされた方にはご連絡を差し上げます。



- 【交通のご案内】
- ・ JR仙台駅から徒歩8分、地下鉄仙台駅または広瀬通駅から徒歩8分
 - ・ 花京院シルバーセンター前バス停から徒歩3分
- ※お越しになる際は公共交通機関をご利用ください。

申込み・問い合わせ先

仙台市健康増進センター 担当：早坂
 〒981-3133
 仙台市泉区泉中央2-24-1
 電 話：022-374-6661 FAX：022-374-6664
 メール：shpc-oubo@road.ocn.ne.jp
 開館時間 10:00～18:00
 休 館 日 月曜日（休日にあたる場合はその直後の休日でない日）