

市民公開講座

テーマ **心臓を知ろう! ~健康寿命をのばすために~**

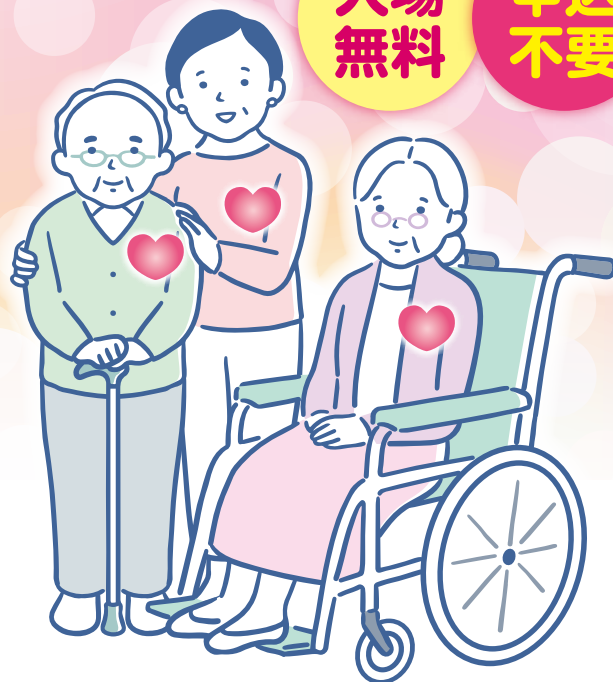
日時 令和7年 **4月6日** (日)
13:00-15:00 (12:00 開場)

場所 **みんなのあいプラザ 1階**
多目的ホール
(廿日市市新宮 1-13-1)

定員 **150名**

入場
無料

申込
不要



先着**100**名様に
お米を
プレゼント!



Hiroshima Heart Health Promotion Project
広島県心臓いきいき推進事業

講演 **1** **心不全のことを知ろう!**

JA 広島総合病院
循環器内科 主任部長 **荘川 知己**

講演 **2** **生活習慣に潜む
心臓病リスクを知ろう!**

JA 広島総合病院 看護師 **正木 博之**

講演 **3** **正しく知ろう!
心臓リハビリテーションの
ポイント**

JA 広島総合病院 理学療法士 **小島 輝久**

講演 **4** **知って得する!
心臓を守る食事のコツ**

JA 広島総合病院 管理栄養士 **大田 玲奈**

**管理栄養士による塩分チェックと
理学療法士による体力測定テストを体験しよう!**

JA広島総合病院

市民公開講座

テーマ **心臓を知らう!** ~健康寿命をのぼすために~

みんなのあいプラザ
多目的ホール (廿日市市新宮 1-13-1)

- JR宮内串戸駅下車徒歩約13分またはJR廿日市駅下車徒歩約15分
- 広電廿日市市役所前駅下車徒歩約5分
- 廿日市さくらバスあいプラザバス停下車すぐ

