



市民公開講座のご報告

あなたのハートは大丈夫？
～心臓発作からあなたと家族を守る～

第26回市民公開講座（平成27年12月13日） 名張市武道交流館いきいきにて 参加者 230名

平成27年12月13日(日)に名張市武道交流館いきいきにおいて、第26回市民公開講座「あなたのハートは大丈夫？」を開催し、230名の方にご参加いただきました。講演の前に行った心臓マッサージ講習会にも66名の方にご参加いただき、身近で倒れた時の対処法の講習を受けていただきました。イベントとしての血圧測定会・AED体験や食生活改善推進員による減塩・バランス試食も盛況でした。



AED 体験



食生活改善推進員による減塩・バランス試食



講演①

心臓病・脳卒中を起こさないために
—自分の血圧を知って、さあどうする—
伊藤 正明
(三重大学医学部附属病院長)



講演②

突然襲う心臓発作
—その時、どうすればいいの？—
片岡 一明
(名張市立病院 循環器内科部長)



休憩 ～ヨガで頭すっきり～
SHINOBU ヨガ・インストラクター



お越しいただきました皆さまありがとうございました