

あなたの心臓を守るために
今日からできる運動と食事のコツ

入場無料

定員・先着120名

応募締切 2月7日(金)

市民公開講座

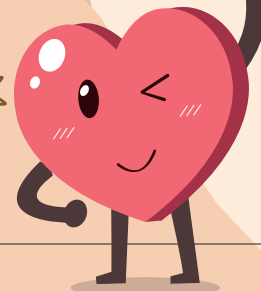
と
き

2025年3月15日(土) 開始時間:14時
(15時30分終了予定)

と
こ

名張市武道交流館
いきいき多目的ホール

三重県名張市蔵持町里2928



講
座
内
容

●オープニング 北川 裕之 ●名張市長

●講演① 小出 知史

●三重大学医学部附属病院
栄養診療部

心臓を守る食事のコツ



●講演② 藤本 直紀

●三重大学大学院医学系研究科
循環器・腎臓内科学 准教授

疲れやすさや息切れを
感じていませんか?心臓と体を
元気に保つ運動と生活術



●Q&Aコーナー 皆さんの質問にお答えします

●閉会の挨拶 谷川 高士 ●NPO法人みえ循環器・腎疾患ネットワーク理事長
松阪中央総合病院 副院長



差出有効期限
2025年10月
31日まで

8139

津中央郵便局
承認

料金受取人私郵便

「市民公開講座」係

NPO法人みえ循環器・腎疾患ネットワーク

津市江戸橋二丁目一七四
三重大学大学院 循環器・腎臓内科学内

139

郵便はがき

〒

5148790

応募方法

講習会は無料ですが、聴講券が必要です。
参加ご希望の方は、郵便番号、住所、氏名
(ふりがな)、電話番号、年齢、希望人数を
明記のうえ、ハガキまたはFAXにてご応募
ください。聴講券を発送いたします。ご提供
いただいた個人情報は、本目的以外では使
用いたしません。

応募先・お問合せ先

〒514-8507
三重県津市江戸橋2-174
三重大学大学院循環器・腎臓内科学内
NPO法人みえ循環器・腎疾患ネットワーク
「市民公開講座」係
TEL: 059-231-5015 FAX: 059-231-5201
E-mail: miecrnet@med.mie-u.ac.jp
【共催】
NPO法人みえ循環器・腎疾患ネットワーク
名張市
【後援】
三重大学医学部附属病院



▼応募締切▼
2月7日(金)

FAX 059-231-5201

三重大学大学院 循環器・腎臓内科学内

事務局 行

市民公開講座

入場無料

～あなたの心臓を守るために:今日からできる運動と食事のコツ～

【FAX申込書】

フリガナ

参加者数

お申し込み者ご本人を含めて

お名前

名

TEL.

FAX.

E-mail

住 所(〒

-

)

年齢

性別

職業

ご質問など Q&Aコーナーの参考とさせていただきます

(ご質問者の年齢、性別、職業をご記入ください)

応募方法

- FAXの方 FAX申込書にボールペンで必要事項を記入の上、FAXしてください。
- はがきの方 ハガキに必要事項を記入の上、キリトリ線に沿ってハガキ部分を切り取り投函下さい。

日 時

2025年
3月15日(土)

会 場

名張市武道交流館いきいき
多目的ホール

キリトリ線



市民公開講座 ～あなたの心臓を守るために:今日からできる運動と食事のコツ～【申込ハガキ】

フリガナ

参加者数

お申し込み者ご本人を含めて

お名前

名

TEL.

FAX.

E-mail

住 所(〒

-

)

年齢

性別

職業

ご質問など Q&Aコーナーの参考とさせていただきます

(ご質問者の年齢、性別、職業をご記入ください)