

しょく けんこう
食と健康 かんが を考える がくしゅうかい 学習会



けっかん だいじょうぶ
あなたの血管は大丈夫

ですか？



ぜんしん すみずみ ゆ わた からだじゅう えいようぶん おく とど
全身の隅々まで行き渡り、体中の栄養分を送り届けてくれる血液と、
ささ けっかん にんげん けんこう みなもと
それを支える血管は、人間の健康の源といえるものです。

もしも、この血液・血管に問題が発生すると、さまざまな

びょうき 病気につながります。そのひとつが こうけつあつ 高血圧です。

こうけつあつ この高血圧は、のうけっかんしっかん しんぞうびょう じんぞうびょう びょうき 脳血管疾患や心臓病、腎臓病の病気などにつながり

ひごろ しょくせいかつ くふう ます。日頃の食生活の工夫など、わかりやすくおはな

びょうき けんこう からだ しをしていただきます。病気になりにくい健康な体を

めざ がくしゅうかい かいさい しょくせいかつ 目指すために、学習会を開催いたします。食生活を



※^{かんせんしょうかくたいぼうしたいさく}コロナ^{かんてん}感染症^{ちやくよう}拡大^{ねが}防止^{ねが}対策^{ねが}の^{ねが}観点^{ねが}から、^{ねが}マスク^{ねが}の^{ねが}着^{ねが}用^{ねが}を^{ねが}お^{ねが}願^{ねが}い^{ねが}し^{ねが}ま^{ねが}す。

※^{とうじつ}当^{たいちようふりよう}日^{かた}、^{さんか}体^{ひか}調^{ひか}不^{ひか}良^{ひか}の^{ひか}方^{ひか}の^{ひか}参^{ひか}加^{ひか}は^{ひか}お^{ひか}控^{ひか}え^{ひか}く^{ひか}だ^{ひか}さ^{ひか}い。

と き：11^{がつ}月^{にち}26^{きん}日^{ごご}（^じ金^{ごご}）^{じはん}午^{じはん}後^{じはん}2^{じはん}時^{じはん}～^{じはん}午^{じはん}後^{じはん}3^{じはん}時^{じはん}半^{じはん}

^{ごご}午^じ後^{けっかんねんれいそくてい}1^{けつあつそくてい}時^{けつあつそくてい}から^{けつあつそくてい}血^{けつあつそくてい}管^{けつあつそくてい}年^{けつあつそくてい}齡^{けつあつそくてい}測^{けつあつそくてい}定^{けつあつそくてい}・^{けつあつそくてい}血^{けつあつそくてい}圧^{けつあつそくてい}測^{けつあつそくてい}定^{けつあつそくてい}も^{けつあつそくてい}あ^{けつあつそくてい}り^{けつあつそくてい}ま^{けつあつそくてい}す。

と ころ：西^{にしなりしみんかん}成^{がいこうどう}市^{てい}民^{いん}館^{いん}3^{いん}階^{いん}講^{いん}堂^{いん} 定^{いん} 員^{いん}：20^{いん}人^{いん}

お 話^{はなし}：西^{にしなりくほけんふくし}成^{ほけんし}区^{ほけんし}保^{えいようし}健^{えいようし}福^{えいようし}祉^{えいようし}セ^{えいようし}ン^{えいようし}タ^{えいようし}ー^{えいようし}保^{えいようし}健^{えいようし}師^{えいようし}さ^{えいようし}ん、^{えいようし}栄^{えいようし}養^{えいようし}士^{えいようし}さ^{えいようし}ん

主^{しゅ} 催^{さい}：大^{おおさかしりつにしなりしみんかん}阪^{おおさかしりつにしなりしみんかん}市^{おおさかしりつにしなりしみんかん}立^{おおさかしりつにしなりしみんかん}西^{おおさかしりつにしなりしみんかん}成^{おおさかしりつにしなりしみんかん}市^{おおさかしりつにしなりしみんかん}民^{おおさかしりつにしなりしみんかん}館^{おおさかしりつにしなりしみんかん}・^{おおさかしりつにしなりしみんかん}あ^{おおさかしりつにしなりしみんかん}い^{おおさかしりつにしなりしみんかん}り^{おおさかしりつにしなりしみんかん}ん^{おおさかしりつにしなりしみんかん}ブ^{おおさかしりつにしなりしみんかん}ラ^{おおさかしりつにしなりしみんかん}ン^{おおさかしりつにしなりしみんかん}チ^{おおさかしりつにしなりしみんかん}

共^{きょう} 催^{さい}：西^{にしなりくほけんふくし}成^{ほけんし}区^{ほけんし}保^{えいようし}健^{えいようし}福^{えいようし}祉^{えいようし}セ^{えいようし}ン^{えいようし}タ^{えいようし}ー^{えいようし}