



健診で「血圧が少し高めですね」と言わされたことはありませんか？

血圧は自覚症状が出にくく、ついそのままになります。

この講座では、一般の方向けに血圧の数字の意味や生活習慣との関わりをやさしく分かりやすくお伝えします。

「血圧って何？」「なぜ高くなるの？」が45分でスッキリ理解できる健康講座です。

- 健診結果が気になっている方
- 生活習慣を少しずつ整えたいと思っている方
- 将来の健康が気になり始めた方

講師



あさい とある
浅井 徹 医師

磯村医院副院長 循環器の専門医

これまで数多くの心臓病患者さんと向き合ってきたからこそ、「病気になる前の予防」の重要性を痛感しています。血圧管理は、決して辛い「制限」ではありません。大好きな趣味や旅行を10年後も楽しむための、賢い工夫です。地域の皆さん の元気な笑顔が、私の原動力です！

日程

2026
3. 14 土
13:30~14:30

会場

一宮市千秋町佐野字五反田18番地
ノアの家

定員

各回 20名（予約制）

費用

参加無料

お申込み・
お問い合わせ

TEL : 0586-77-0322 (医療法人育徳会)
MAIL : info@thrive-later.com

WEB予約はこちら！→

【主催】特定非営利活動法人Thrive Later
【協賛】医療法人育徳会

