

健康・福祉

平成22年度大田原市健康長寿都市健康セミナー(第4回)開催

- 日時 10月21日(木) 午後1時30分～3時30分 開場は正午
- 場所 那須野が原ハーモニーホール 大ホール
- テーマ 「忍耐は苦しいけれどもその実は甘い」
- 講師



たにがわ まり 氏
谷川真理氏
(マラソン選手・タレント)

プロフィール

1991年、東京国際女子マラソン優勝。1994年、パリマラソン優勝(大会新記録)。1998年、対人地雷除去作業で片足を失ったランナークリス・ムーン氏の伴走を務める。地雷廃絶活動に対して平成21年度外務大臣表彰受賞。現在はランナーだけでなく、タレントとしても活躍中。

- 対象者 大田原市民
- 定員 1100名(先着順)
- 入場料 無料

- 申込方法 事前の申し込みは不要。受講をご希望の方は、セミナー当日、直接会場にお越しください。
- 主催 大田原市健康長寿都市推進委員会・大田原市
- 問い合わせ 大田原市健康長寿都市推進委員会事務局(健康政策課内) TEL(23)8704

大田原市健康長寿都市推進委員会平成22年度健康づくり講演会開催

- 日時 10月16日(土) 午後2時～4時
- 場所 那須野が原ハーモニーホール 交流ホール
- 内容

- ①演題 「出勤！救急医療(ドクターカー・ドクターヘリ)」
- ②演題 「インフルエンザの地域基幹病院(当院)における取組みの実際と今後の展望」

講師 大田原赤十字病院第一救急部長 長谷川 伸之 先生

講師 大田原赤十字病院副院長 阿久津 郁夫 先生

- 定員 100名(先着順)
- 参加費 無料
- 申込方法 10月12日(火)までに市健康政策課健康政策係まで電話で申し込み。

- 主催 大田原市健康長寿都市推進委員会、大田原赤十字病院
- 問い合わせ 大田原市健康長寿都市推進委員会事務局 健康政策課健康政策係 TEL(23)8704 大田原赤十字病院人事課 TEL(23)9946

高血圧予防講習会 参加者募集



本市の健康課題は高血圧です。脳卒中、心筋梗塞、人工透析などの大本の病気は高血圧であることが多いため、血圧の管理が大切です。高血圧は、生活習慣病の一つで、それ自体自覚症状が少なく、軽い病気と考えがちですが、実はさまざまな病気を引きおこす原因となっています。高血圧について一緒に学びませんか。

日時・内容 下表のとおり

●場所 大田原東地区公民館

●対象者 40歳代～70歳代の男女 特にメタボリックシンドロームの予備軍や予防に関心のある方

- 参加費 無料
- 定員 15名
- 持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具

- 申込方法 10月15日(金)までに電

高血圧予防講習会 日時・内容

	日時	内容
1	10月20日(水) 9:30～14:30	高血圧とは 「高血圧を知ろう」「高血圧はなぜ怖い？」
		生活習慣を見直そう
		調理実習(高血圧予防レシピ①)
2	11月1日(月) 9:30～13:30	「メタボリックシンドローム予防について」
		調理実習(高血圧予防レシピ②)

※2回コースになります。

- 主 催 大田原市食生活改善推進員連絡協議会

- 申し込み・問い合わせ 健康政策課成人健康係 TEL(23)7601