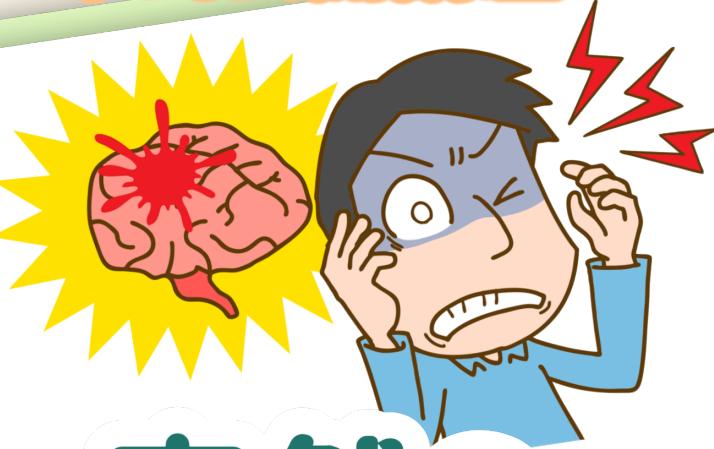


市民公開講座



突然の 脳出血から身を守ろう

～一次予防のコツ、お伝えします～

脳出血は突然発症し、命や生活に大きな影響を与える病気です。その最大の原因は高血圧。本講座では、脳出血の原因や予防のための生活習慣、脳ドックの活用についてわかりやすく解説します。さらに、脳出血のリスクにもつながる「転倒」を防ぐための簡単な体操を実践し、日常に取り入れやすい運動を紹介します。脳と体の健康を守る第一歩を、この機会にぜひ学んでみませんか？



2026

2/9 月

15:00
～
16:00頃

北館4階 会議室 申込不要

緑警察より「侵入盗について」
ミニ講演もあるよ！



名古屋市立大学医学部附属 みどり市民病院
お問い合わせ先：経営課 ☎ 857-8600