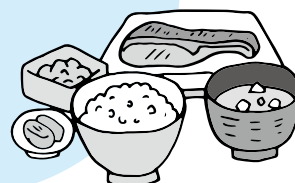
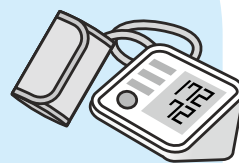
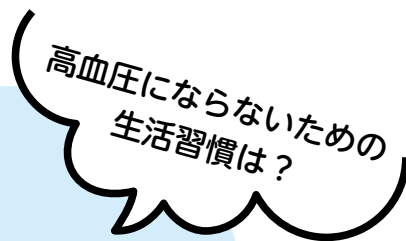




高血圧を 予防するための 運動・食事

「高血圧予防教室」を開催

生活習慣病の1つである高血圧は、運動や食事を
はじめとした生活習慣の改善が予防の基本です。自
身の健康を見直すきっかけに参加してみませんか。



【対象(75歳未満)】

■日時・内容

10月2日(水)	午前10時～午前11時30分	歯科・栄養編(講義)
8日(火)	午前10時～午後1時	栄養編(実習)
9日(水)	午前10時～午前11時30分	運動編

【対象(75歳以上)】

■日時・内容

10月15日(火)	午前10時～午前11時30分	歯科・栄養編(講義)
16日(水)	午前10時～午前11時30分	栄養編(講義)
22日(火)	午前10時～午前11時30分	運動編

【共通事項】

■場 所 保健センター

■定 員 18人

(先着順です。定員になり次第締め切ります。)

■料 金 無料

■申込期間 9月9日(月)～20日(金)

■申込方法 下記のいずれかの方法で申し込みください。

①電 話 ☎(48) 1111 (内1520)

②電子メール kenko-yoyaku@town.agui.lg.jp

件名を「高血圧予防教室申し込み」とし、本文に氏名、生年月日、電話番号を入力し送信してください。

■申し込み・問い合わせ先

保健センター ☎(48) 1111 (内1520)

9月9日は「救急の日」

救急の日を含む1週間(日曜日から土曜日)は「救急医療週間」です。

自身や大切な人の命を守るため、応急手当を覚えましょう。

知多中部広域事務組合消防本部(消防署)では、年間を通じて定期的に救命講習を行っています。



▲救命講習予定表はこちら

救急車の適正な利用をお願いします

119番通報が集中・増加すると救急車の到着まで時間がかかってしまいます。

緊急性のない救急要請が減少すると、救急車が必要な傷病者のもとへ少しでも早く到着することができます。

限りある救急車、適正な利用についてご理解とご協力をお願いします。

■問い合わせ先 知多中部広域事務組合消防本部 半田消防署阿久比支署 ☎(47) 0119

～あなたの今と未来を守る～

