



知って守ろう! あなたの

# 脳と心臓

2023 **10/15** (日) 13:00~15:00 (開場12:30)

場 所: 常陸大宮市文化センター●ロゼホール 小ホール  
(茨城県常陸大宮市中富町3135-6)

参加費: 無料 (事前申込が必要です)

定 員: 70名 (先着順)

1

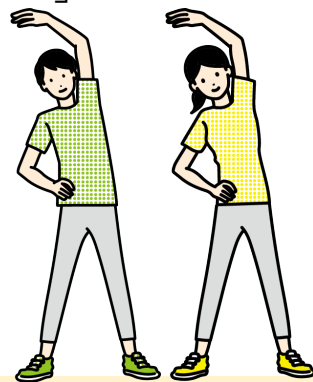
「有酸素運動は健康に良いて聞いたけどナニが良いの・・・??」  
循環器内科 病院講師 川松 直人

2

「心・脳血管疾患に対する運動の効果  
運動する際の靴の選び方」  
リハビリテーション部 理学療法士 高橋 雅文

3

「あなたの問題は本当に減塩だけですか?」  
病態栄養部 管理栄養士 松浦 成志



## ご参加にあたって

事前に質問を受付けています。  
いただいた質問は可能な限り講演の中でお答えいたします。  
質問内容によってはお答えが出来ない場合もございますので  
ご了承ください。

## お問合せ

筑波大学附属病院 茨城県脳卒中・心臓病等総合支援センター事務局  
E-mail: noushin-c@un.tsukuba.ac.jp  
HP: 筑波大学附属病院 茨城県脳卒中・心臓病等総合支援センター  
<https://www.hosp.tsukuba.ac.jp/stroke-heart/>

## お申込方法

QRコード・お電話・FAXからお申込ください。  
☎029-853-3696  
受付時間 平日9:00~17:00  
FAXの場合、裏面の申込書をご使用ください。

## 申込QRコード



筑波大学附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター宛て

FAX番号 029-853-7581

下記に必要事項をご記入のうえ、この用紙をFAX送信してください。

❀ 10/15(日)市民公開講座参加申込書 ❀

ご参加予定人数 ( ) 名)
お住いの市町村 ( ) 市・町・村)
ご年齢 <input type="checkbox"/> 10代 <input type="checkbox"/> 20代 <input type="checkbox"/> 30代 <input type="checkbox"/> 40代 <input type="checkbox"/> 50代 <input type="checkbox"/> 60代 <input type="checkbox"/> 70代 <input type="checkbox"/> 80代 <input type="checkbox"/> 90代 <input type="checkbox"/> その他( )
介助の有無 <input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり ( <input type="checkbox"/> 杖 <input type="checkbox"/> 車いす) 詳細についてご連絡させていただく場合がございます。 お電話番号をご記入ください。 ( TEL: )
ご質問内容

※ご記入いただきました情報は、市民公開講座以外の目的では使用いたしません。