

令和6年度 第3回

星総合病院 市民公開講座 キラリ健康応援セミナー

今回のテーマは…

「**人生100年時代**

心活で心臓と血管を守ろう!」

参加費
無料

予約
不要

第1部

心臓と血管の病気にならないように心活の極意を知ろう!

- ① 心臓と血管の病気について知ろう 循環器内科医によるお話
- ② 心臓と血管の病気を予防する食事とは? 管理栄養士によるお話
- ③ 心臓と血管の病気を予防する運動とは? 理学療法士によるお話

第2部 (座談会)

司会：慢性心不全看護認定看護師 李 民純

わかっているけどできない運動やダイエット、続けるためには?

第1部でお話する講師が会場の皆様と“心活”について本音の座談会!
会場からのご質問にもお答えします!

日時 令和6年11月2日(土)

14:00~15:30 (開場 13:30~)

会場 星総合病院 メグレスホール

〒963-8501 郡山市向河原町159-1

心活ってなに?

心臓と血管の病気は発症すると命に関わり、
予防することが非常に重要です。

「心活」とは、塩分少なめの食事や
良い睡眠、運動など心臓と血管に
やさしい生活を送り元気にするための活動です。



星総合病院 検索

クリック!

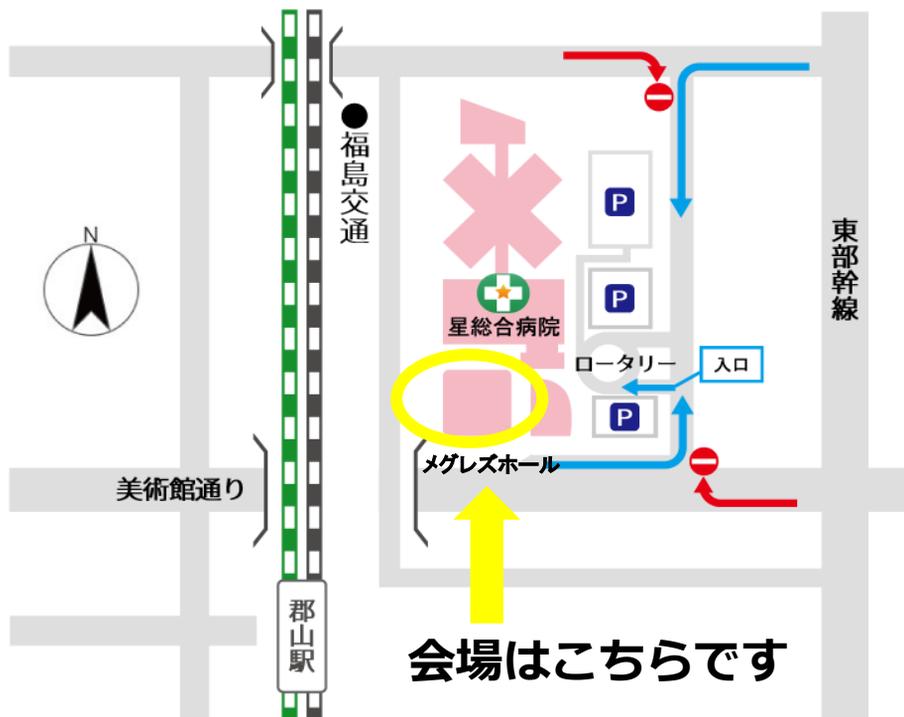


星総合病院
ホームページ
QRコード

メグレスホール友の会の会員の方は会員証をお持ちください。(ポイント対象です)

【お問合せ】 星総合病院 入退院支援センター 地域医療連携課 事務局
TEL : 024-983-5511(代表) E-mail : renkei@hoshospital.jp

星総合病院 案内図



★ お車でご来院の皆様へ ★

当院へは県道57号線方面より美術館通りを左折するか、東部幹線方面から県道57号線を左折してお越しください。
美術館通りからの右折、県道57号線からの右折は出来ません。

**駐車場は星総合病院の平面駐車場または立体駐車場をご利用下さい。
立体駐車場に駐車した際は、駐車券を会場へお持ち下さい。**

次回開催の「キラリ健康応援セミナー」は…

脳血管の病気についてのお話です！

心不全と同じように、生活習慣病と深い関係のある脳血管の病気について、治療や予防など医師をはじめ専門職者が色々な視点でお話します。

令和7年
2月22日
土曜日
14:00~

メグレスホール友の会
会員募集中！
メグレスホールで開催する
イベント案内をしています。

詳しくは当日スタッフまで

