

# 健康管理セミナー

## 血圧について考えよう

日本の平均寿命は世界の中でも長く、今後も平均寿命は延びていくことが予想されます。平均寿命と健康寿命には差がありこの期間は何らかの介護や支援を要する期間となり、健康寿命を延ばすことは大事です。

血圧と健康寿命には大きな関わりがあります。血圧に関しての話（血圧と塩分、飲酒、喫煙の関係など）をしようと思いますので少しでも日常生活に生かせることを持ち帰っていただけたら幸いです。是非お気軽にご参加ください。

日時 令和6年3月15日（金） 13時30分～14時30分

会場 山陽小野田市民館第一講義室  
(山陽小野田市栄町 9-25)

講師 医療法人長明会 長沢病院 長澤 仁明 先生

参加料 無料 (お気軽にお越しください)

小野田商工会議所へ Mail または FAX でお申込み下さい

Mail host@onoda-cci.or.jp / FAX 0836-84-4180

主催 小野田商工会議所・小野田労働福祉協議会

(問い合わせ先 小野田商工会議所総務課 担当内田 TEL0836-84-4111)



----- 切り取り線 -----

健康管理セミナー申込書 (R6.3.15)

事業所名：	TEL：
受講者氏名	②
①	③