

血圧高くなってきていませんか？



申込  
不要

予防医療プラザ健康教室

# 高血圧ストップ大作戦！

～カギは毎日の食事と運動に～

開催日

毎週月～金曜日

時間

12：00～12：30

場所

3階待合フロア北側

内容

- 高血圧の原因は？
- 調味料の工夫で減塩！
- 今日から動こう！

動きやすい服装でお越しください  
健診以外の日でもご参加可能です



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構  
倉敷中央病院附属予防医療プラザ