

参加費無料

完全オンライン
配信



[配信サイト\(Youtube\)](#)

脳卒中って 予防できるだら～

配信期間：令和4年2月28日(月)～3月28日(月)

[視聴方法] ▶▶ 参加申込不要、右上QRコードを読み取るだけ！

<https://www.youtube.com/channel/UC45buwDsEWo1GQXPCXyyuMA>



第1部

「知って欲しい 脳卒中・高血圧の新常識」

講師：慶應義塾大学医学部 腎臓内分泌代謝内科 教授
静岡社会健康医学大学院大学 副理事長
日本高血圧学会 前理事長

伊藤 裕 氏

NHKスペシャル、「あさイチ」等にも出演！
生活習慣病の克服と
新しい健康管理法の普及に努める。

- 脳卒中って何？
- 脳卒中はと思ったら予防できるの？

第2部

「今日からできる！食生活のコツ」

講師：女子栄養大学 栄養学部 教授

武見 ゆかり 氏

- 脳卒中を予防するための食事のポイント
- おいしく楽に減塩と、果物・野菜・乳製品でカリウムを



国の食育推進政策にも関与。
ヘルスプロモーションの観点
から食生活改善を推進。

お問合せ先

静岡県健康福祉部健康局健康政策課（健康企画班）
〒420-8601 静岡市葵区追手町9-6 TEL:054-221-2404 FAX:054-221-3291
メールアドレス kenkouseisaku@pref.shizuoka.lg.jp
URL https://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-490a/syakaikenkou_suishin.html

主催 静岡県・静岡社会健康医学大学院大学