

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？
- 脳卒中はどうしたら予防できるの？

## 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



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。

- 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

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](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