

# 保健衛生講座

無料

## 健康寿命を延ばすには

### ～高血圧や腎臓病の 予防・治療から～

高血圧や腎臓病を予防・治療することは健康寿命を延ばすことに繋がります。

その予防や治療について生活習慣や食生活を踏まえてお話しします。



**日時** 令和元年 **11月18日(月)** 午後2時～3時

**講師** **みんなの内科クリニック 人形町・水天宮**

**院長 谷津 圭介** (日本橋医師会)

**会場** 日本橋保健センター 4階講堂 <中央区日本橋堀留町1-1-1>

**対象** 区内在住・在勤者 **定員** 30名程度 (先着順)

**申込み** 10月2日(水) から電話にて受付

### 問合せ・申込み

日本橋保健衛生協会事務局 (日本橋保健センター内)

電話 3661-3515