



血圧を整え  
毎日の暮らしのヒントを  
一緒に見つけましょう!!



第6回

# つなん健康くらぶ

## 気になる生活習慣病～高血圧～

高血圧を大きなテーマに、日々の暮らしを語り合う対話の場です。  
正しい測り方や日常の工夫などの実践的なポイントにも触れながら、町の  
皆さんと語り合い、自分らしい暮らしと未来を共に考えていきましょう。

講師

**千手 孝太郎** 津南病院 総合診療科

兵庫県出身、初期研修で新潟へ、今年度より津南病院にて勤務

日時

**12月19日(金)**

**参加費**

**無料**

**15:00～16:00**

どなたでもご自由にご参加ください

場所

**津南町公民館3階 和室**

中魚沼郡津南町大字下船渡丁 2806-3

問合せ先

津南病院 経営推進室  
つなん健康くらぶ 宛

☎ **025-765-3161**