



# そのコレステロールが、 ハート 心臓を苦しめる。

狭心症や心筋梗塞の主な原因は、生活習慣にあります。

塩分・糖分・脂肪分を取り過ぎないこともその中に含まれます。

自分でできること、お医者さんにしかできないことをしっかり講座で学んでいきましょう！



1/  
[土] 14



健康マイレージが貯まる! 市民公開講座

## [よ〜くわかる! 狭心症と心筋梗塞]

◎小倉記念病院 4F講堂(北九州市小倉北区浅野3丁目2-1)

◎10:30~12:30(開場9:30) 対象/北九州市民および近隣の方々約500名

※1階正面玄関よりご来場ください。時間外出入口からは入館できませんのでご注意ください。

お問い合わせ/一般財団法人 平成紫川会 TEL.093-511-2058 主催/一般財団法人 平成紫川会 共催/北九州市



小倉記念病院  
循環器内科主任部長  
安藤 献児



狭心症

心筋梗塞

# 危険度チェック!

☐ 塩分・糖分・脂肪分の取り過ぎ

☐ 食事のバランスが悪い

☐ 喫煙者

☐ 運動不足

☐ ストレスをためている

☐ 生活リズムが不規則

上記のような生活習慣がある方は、  
狭心症または心筋梗塞の危険性が高まります!  
ぜひ市民公開講座へお気軽にご参加ください!  
お待ちしております。

参加費  
無料

◎2017年 1月14日(土) 10:30~12:30 (開場9:30)

◎小倉記念病院 4F講堂 (北九州市小倉北区浅野3丁目2-1)

※1階正面玄関よりご来場ください。時間外出入口からは入館できませんのでご注意ください。

対象:北九州市民および近隣の方々約500名 主催/一般財団法人 平成紫川会 共催/北九州市  
お問い合わせ:一般財団法人 平成紫川会 TEL.093-511-2058



参加  
方法

往復ハガキに①狭心症・心筋梗塞講座 ②氏名(フリガナ) ③住所 ④年齢 ⑤電話番号をご明記し、下記までご郵送ください。  
往復ハガキ1枚につき2名様までお申込みいただけます。その場合は、お二方とも①~⑤の内容をご明記ください。  
応募多数の場合は、抽選とさせていただきますのでご了承ください。

2017年1月4日(水) 必着

〒802-0001 北九州市小倉北区浅野3丁目2-1 「一般財団法人 平成紫川会 事務局」宛

次回は、

2月5日(日)「乳がんの早期発見(予防について)」

場所:小倉記念病院 4F講堂 時間:10:30~12:30 講師:小倉記念病院 乳がん看護認定看護師 橋本 香

詳しくは、ホームページで! 年間スケジュール公開中!

小倉記念病院

検索