



10.29は
世界脳卒中デー

脳卒中(のうそっちゅう)とは
脳の血管が切れたり、つまったりしておこる病気のことです。
脳卒中の特徴は、「ある日突然」おこることです。
発症すると後遺症は重く、日本人の死因の上位となっています。
リスク要因を知り、健康な生活習慣を維持して脳卒中を予防しましょう。

令和6年 **12月13日** (金)

14:00~15:45 (13:00 開場)

血管年齢
測定会受付
13:15~

会場 **港北公会堂** 港北区大豆戸町26-1

講演会内容

◆ 脳卒中の予防や理解、
日頃の食生活について

横浜市立脳卒中・神経脊椎センター
認定看護師 村松 菜津子氏
管理栄養士 小林 茉以氏

◆ 脳卒中当事者の体験談

中途障がい者地域活動センター
根っこの会・という ご利用者

当日、体調不良の場合は来所をお控えください。

今から
できる

脳卒中の予防

脳梗塞 / 脳出血 / くも膜下出血

手遅れになる前に…

参加無料
申込不要

血管年齢測定先着順50名

定員になり次第
締め切り

問い合わせ 港北区役所 高齢・障害支援課

Tel.045-540-2327 FAX 045-540-2396

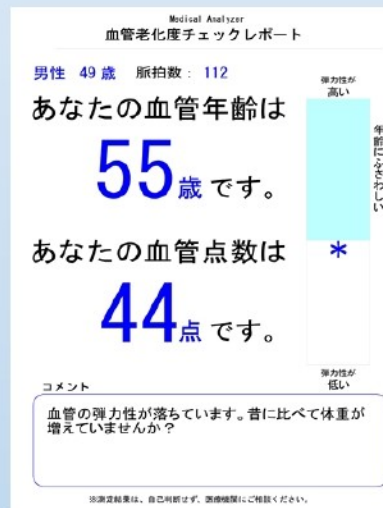
港北区役所・港北根っこの会 協力 横浜市脳卒中・神経脊椎センター

当日血管年齢測定会実施



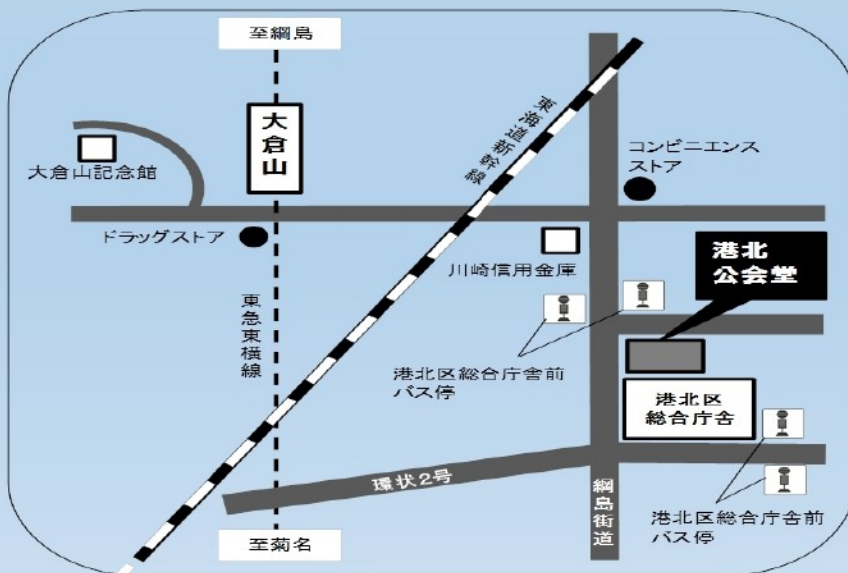
測定器に人差し指を軽く挟み、20～30秒間で計測します。痛みはないため、お気軽に計測していただけます。

最後にチェックレポートをお渡し



先着50名定員になり次第締め切り

会場



港北公会堂
(港北区大豆戸町26-1)

電車：東急東横線
「大倉山駅」徒歩7分

公共交通機関を
ご利用ください。