

# 平成29年度

## 自己血圧測定講習会



### 医師の講義



血圧について分かりやすく  
お話しをします

### 看護師の講義と実技指導



正しい血圧測定の方法に  
ついて指導します

### 理学療法士の 講義と実技指導



血圧に良い運動を行います

### 管理栄養士の講義



上手に塩分を減らすポイントなど  
お話しします

日時：10月3日(火) 受付：13:00～

場所：3階 会議室1 講習会：13:30～16:00

当日は、正面玄関に13時15分までにお越しください。担当者が会場までご案内します。

高血圧症の方、またはそのご家族、血圧に興味のある方はぜひご参加下さい。  
参加費は**無料**です。**事前申込必要!**(定員15名 前日までにお申し込み下さい)  
※血圧計をお持ちの方はご持参下さい。  
(当日は動きやすい服装でご参加ください。女性の方はズボンの着用をお願いいたします。)

申込先：島根県立中央病院 入退院支援・地域医療連携センター  
電話：0853-30-6500(8:30～17:00まで)  
主催 島根県立中央病院看護局 「自己血圧測定講習会チーム」担当

お持ち帰りいただけるチラシも準備していますので、お近くの職員までお尋ね下さい。