

# 脳卒中

突然襲われる前に知っておくこと

～自分の健康を自分で守るために～

青葉区は長寿ランキングで上位の街です。長寿の理由として医療や福祉施設などが整っている、自然環境が豊か、快適な生活空間などが挙げられます。その中で、あなたはあなた自身の健康に留意しているでしょうか？一人ひとりが脳卒中を予防し、生き生きと暮らせる「健康長寿のまち青葉」を実現しませんか？

日時：1月21日（日）13時～15時 開場 12時半

会場：青葉区役所 4階会議室

定員：100人 参加料無料 直接会場へ

内容：横浜新都市脳神経外科病院医療スタッフから脳卒中の基礎知識と予防について学びます。

●一部 脳卒中の最新治療と予防について

脳卒中リハビリテーション看護認定看護師 田中佐和子さん

●二部 簡単な運動からはじめる健康法

リハビリテーションセンター理学療法士 上原範子さん

最後に質疑応答を行います。

\*区民会議では健康長寿の街を考えるアンケートを行います。

横浜新都市脳神経外科病院の紹介

横浜市青葉区を中心とした救急医療の中核を担う。「24時間体制で365日間断らない救急医療」が同病院のポリシー。「脳卒中の早期治療には、地域住民が発症時に適切に対応することも重要」と定期的な市民公開講座を通じて積極的に情報発信しています。

主催 青葉区民会議 後援 横浜新都市脳神経外科病院

問合せ 青葉区民会議事務局 青葉区役所広報相談係内 Tel:045-978-2221