

市民 公開講座

第5回
ブレイン・ハート

参加無料 ハガキでお申込みください

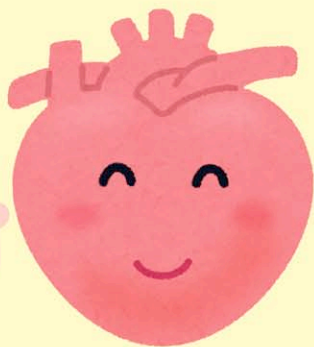
日時 平成28年 **5月14日(土)**
13:30~16:00

場所 **大洗町文化センター**

あなたにもうひとつ プラスの知識を!!



第1部 Heart



Part 1

運動してもいいんですか？

～不整脈に負けない健康長寿を延ばすための処方せん～

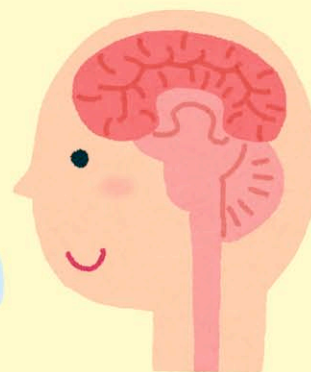


運動でもっと元気になる！
自分のからだに合った運動を見つけよう。
心臓機能の視点からその方法をお話します。

講師 **渡辺 康志**

水戸ブレインハートセンター
循環器内科部長

第2部 Brain



Part 1

今日からできる 脳卒中の予防と早期発見

～あなたの大切な人を守るため～

脳卒中早期発見のポイントを
分かり易く、参加型の講演を
させていただきます。

講師 **上田 純也**

水戸ブレインハートセンター
脳卒中リハビリテーション看護認定看護師



Part 2

脳卒中と認知症から 身を守るコツは？

自分の人生や大切な家族を守るには、
予防と観察が大切です。
そのための「コツ」を分かりやすく
解説します。

講師 **畑山 徹**

水戸ブレインハートセンター
院長 脳神経外科



裏面のはがきを切り取ってお申し込み下さい。

【申し込み締め切り】
2016年4月11日(月)必着

第5回 ブレイン・ハート 市民公開講座

**参加
無料**

ハガキで
お申込み
ください



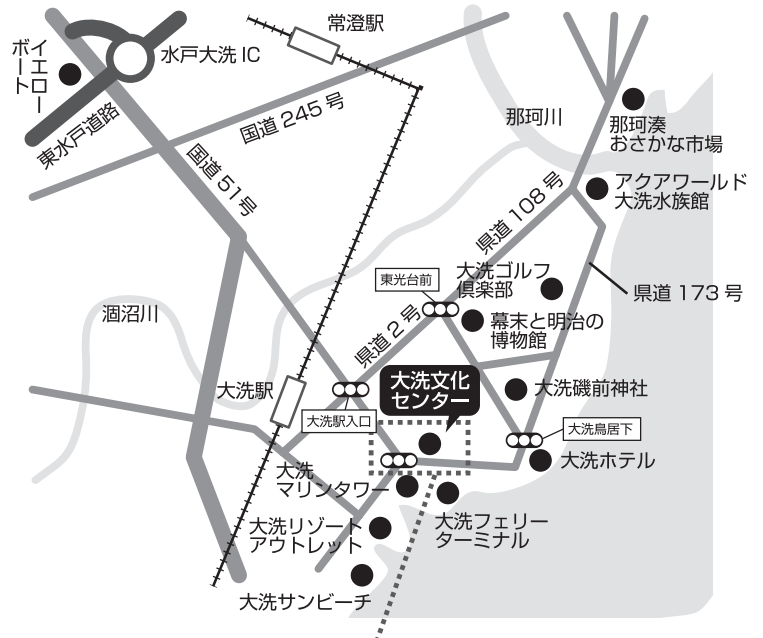
- 日 時:平成28年5月14日(土) 13:30~16:00
- 場 所:大洗町文化センター
〒311-1301 茨城県大洗町磯浜町6881-88
TEL:0292-66-2442

**申し込み締め切り
2016年4月11日(月) 必着**

- どなたでもお気軽にお越し下さい。
参加は無料です。
- 定員:800名
※定員になり次第締め切らせて頂きます。
- 申込先:下記のはがきに必要事項を
ご記入の上ご投函下さい。
- お問い合わせ先

水戸ブレインハートセンター
市民公開講座専用ダイヤル
TEL 080-4118-4028

会場案内



郵便はがき

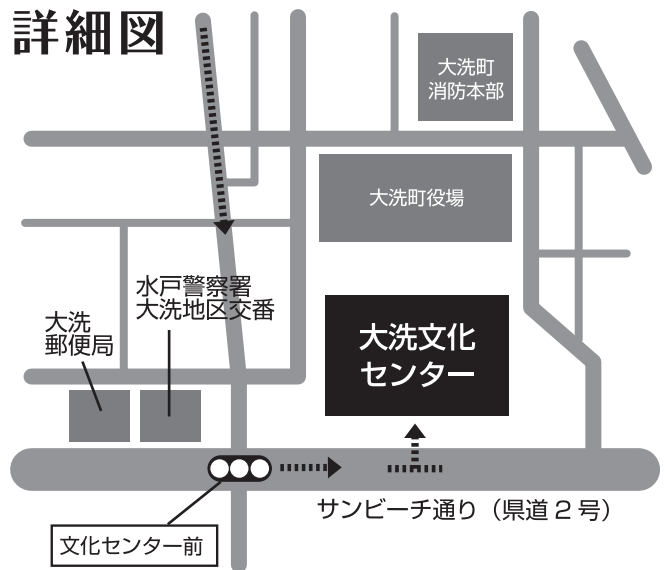
3 1 0 0 0 0 4

お手数ですが
52円切手をお貼り下さい

茨城県水戸市青柳町 4028
水戸ブレインハートセンター
市民公開講座 係 行

ふりがな					
お名前					
年齢	歳	性別	<input type="checkbox"/> 男	<input type="checkbox"/> 女	
ご住所	〒 -				
電話番号					
同行者	他	名			

詳細図



- ◎当日の会場内外での事故等につきましては責任を負いかねます。
- ◎申し込みはがきの個人情報は、本公開講座の目的以外に使用は致しません。