



# 健康教室



さくら会病院では、みなさまに病気の予防や最新治療について少しでも知識を深めていただき健康増進、維持に役立てていただけるよう毎月健康教室を開催いたします。ぜひお気軽にご参加ください。

日時：平成28年2月20日(土)

◎ 開場 12:30 開始 13:00

会場：さくら会病院 2階会議室

参加無料・要予約

講演時間 (13:00~15:00)

講演 ①

## 治る高血圧と 二次性高血圧について

高血圧には、遺伝や生活習慣、加齢などにより発症する本態性高血圧と、血圧が高くなる原因となる病気があるために発症する二次性高血圧の2つのタイプがあります。最近の報告では、二次性高血圧は高血圧全体の15-20%の頻度を占め、中には原因となる疾患を治療することにより高血圧が治る場合もあります。今回は一般的な高血圧について話させていただきましたので、今回は二次性高血圧について話させていただきます。

講演 ②

## 家でできる腰痛&肩こり体操

肩こりや腰痛は、その原因によっては体操を継続することで、予防・緩和することができます。今回はご自宅で簡単にできる体操と日常生活での痛みの発生、悪化予防のポイントについてお話しします。

## 予約方法



参加ご希望の方は

お電話にてお申込みをお願い致します。

☎ 072-366-5673 (地域連携室直通)

定員60名様とさせていただきます。



講師 内科

部長 甲斐 達也



講師 リハビリテーション科

科長 伊藤 英隆

[理学療法士]



主催

〒589-0011 大阪府大阪狭山市半田 5-2610-1  
社会医療法人さくら会 さくら会病院 広報委員会



社会医療法人 さくら会

# さくら会病院