

# 高血圧にご用心

高血圧はどのような病気で放置するとどうなるのかを知り、その予防や自己管理の仕方を学びましょう。



[日程] 令和6年1月27日(土)

[時間] 10:00 ~ 11:30

[対象] 高校生以上の方(岡山市民の方優先)

[受講料] 無料

[定員] 40名

[場所] 西大寺ふれあいセンター 4階第1・2研修室

[講師] 源内 しの 先生

岡山市立市民病院 脳卒中看護認定看護師

[締切] 1月17日(水) 必着



## 【安全・安心ネットワーク地域応援人づくり講座とは】

岡山市が進める安全・安心ネットワークとは、生活する地域を自分たちの力で守り育てるため、各種地域団体やグループの方々が幅広く連携し、防犯・防災・環境美化・地域福祉・健康づくりなどの地域の課題解決に向けた取り組みを充実させて、より活発な活動を行うためのネットワークです。

お申込み方法・お問い合わせ等、詳細はチラシ裏面をご覧ください。

# 《お申込み方法・お問い合わせ先》

来館、はがき、FAX、Eメールで申込日、氏名、ふりがな、年齢、郵便番号、住所、電話番号等をご記入の上、**1月17日(水)必着**でお申し込みください。

※応募者多数の場合は抽選(岡山市民の方優先)少数の場合は中止することがあります。

※締切後も定員に余裕がある場合、受講できることがありますのでお問い合わせください。

※Eメール及びFAXでお申込みいただいた場合は、折り返し、受信した旨を連絡させていただきます。

2～3日経過しても連絡がない場合はお手数ですが、お電話でお問い合わせください。

※受講の可否等は、締切後はがきに内容を記載し、全員に郵送いたします。締切を2～3日経過しても届かない場合はお手数ですが、管理事業係までご連絡ください。

## 【西大寺ふれあいセンター 管理事業係】

〒704-8116 岡山市東区西大寺中2丁目 16-33

[TEL] (086)944-1800

[FAX] (086)944-1801

[Eメール] s-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

----- 講座申込書(来館やFAXでのお申込みにご使用ください) -----

講座名	高血圧にご用心	申込日	令和	年	月	日
ふりがな						年齢
氏名						
住所	〒					
TEL	( )	—				
これまでに安全・安心ネットワーク「地域応援人づくり」講座を受講されたことがありますか。						はい ・ いいえ

お申し込みの際の個人情報は、講座運営上必要な資料作成(名簿・名札等)、ご連絡、利用統計、新規開設講座のご案内、担当講師への情報提供に利用させていただきます。