

## 第4回もみじ大学 健康講座

# からだのなかから元気に いきいき「血管講座」

講座テーマ：「血管」と「血管にかかわる病気」について

- わたしたちの身体と血管
- 脳の血管にかかわる病気
- 心臓の血管にかかわる病気
- 命にかかわる病気を予防する

◆ 日時 令和8年7月8日（水）

午後1時30分～3時30分

◆ 会場 長野市立中部公民館 和室

◆ 講師 明治安田生命保険相互会社職員

（長野市と包括連携協定を結んでいます）

◆ 定員 15名（申込み先着順）

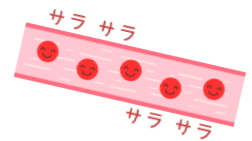
◆ 申込み 6月3日（水）8時30分から公民館窓口にて

※ 電話での受付は6月4日（木）からになります

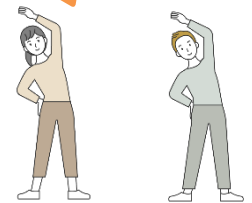
◆ 受講料 無料

◆ 持ち物 筆記用具

水分補給用の飲み物



血管を元気に！輝く明日へ！



お気軽に健康チェックできます！

- ・血管年齢
- ・自律神経チェッカー
- ・ベジチェック
- ・握力測定



※年齢等をご記入いただく場合がありますので、ご承知おきください。

- 申込みは先着順、定員になり次第受付終了とします。
- 参加費は無料です。 ● エレベーターはありません。
- 駐車は緑町立体駐車場をご利用ください。（2時間まで無料）
- お体の不自由な方は申し込みの際にご相談ください。
- マスクの着用は個人の判断でお願いします。

【お問い合わせ】長野市立中部公民館  
電話：234-1883（平日 8:30～17:15）  
長野市大字鶴賀緑町 1596-13

