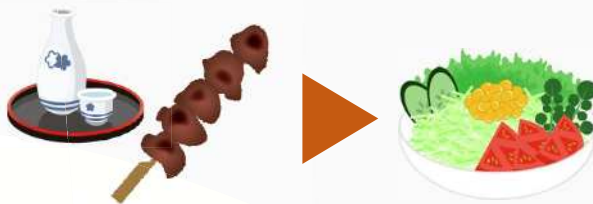


## ● 予防啓発動画

# 脳卒中 予防は日々の 食事から

### 第1話

## お酒をよく飲む方の食習慣



二次元コードを読み取って、動画をご覧ください



「あて」や「おつまみ」を上手に選ぶ

### 第2話

## 毎日の食事作りのポイント



新鮮な食材を使う

### 第3話

## 20代の一人暮らしの男性の食生活



栄養成分表示を確認してバランスを考える

この動画は、厚生労働省2023年度「循環器病に関する普及啓発事業委託費」によって制作されたものです。

制作・著作：一般社団法人日本脳卒中学会、公益社団法人日本脳卒中協会

2024年3月作成

脳卒中生活期における、患者さん、ご家族のための

## 相談支援動画集成

# 昔から 身近にあるよ 脳卒中



この動画集成では、日本脳卒中協会と日本脳卒中学会が制作した、脳卒中の予防、ならびに脳卒中の患者さんとそのご家族の支援に関する動画の数々を紹介しています。

### ● ● ● ● ● 古典落語風に紹介します

**第一話** 知って欲しい！脳卒中予防・発症時対応  
**大変だよ！脳卒中になっちゃった**

二次元コードを読み取って、  
動画をご覧下さい



**第二話** 脳卒中の患者さん・ご家族にお伝えしたいこと  
**脳卒中の再発って何だろうね**

**第三話** 知って欲しい！退院後の相談支援  
**働きに出られやしない**



この動画は、厚生労働省2023年度「循環器病に関する普及啓発事業委託費」によって制作されたものです。