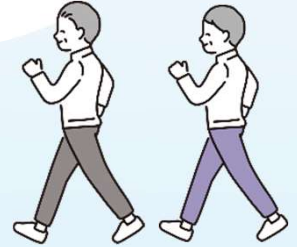




退院後も安心して暮らすための 心臓リハビリテーション

～運動・食事・生活のコツ～



日時

2026年8月2日(日)
10:00～11:00

会場

川崎市役所本庁舎2階ホール
JR川崎駅から約600m
京急川崎駅中央口から約400m

講師

聖マリアンナ医科大学病院
貝原俊樹 先生ほか

定員

100名

参加費

無料



講演内容

これからの人生を笑顔で過ごすための「心臓リハ」について医師、理学療法士、看護師、管理栄養士がお話します

- ・安全で効果的な「キツくない」運動のコツ
- ・心臓も筋肉も元気に保つ食事のコツ
- ・あなたの体調をどうやって医師に伝える？セルフチェックのコツ
- ・心臓病と上手に付き合い「健康寿命」を伸ばすコツ



かわさき

歩いて貯めたポイントで、子ども達の学校生活を応援するウォーキングアプリです。

TEKTEK

当日二次元コードを読み取ると30Pプレゼント！

お申込みはこちら

7/24(金)
締切

二次元コードから
お申し込みください



※二次元コードの利用が難しい方は以下にお電話ください。
(受付時間:土日祝日除く、8:30～17:15)

※定員超過によりご参加いただけない場合のみ、7月27日(月)以降にご連絡を差し上げます。

お問い合わせ:健康福祉局地域医療課 **044-200-2426**

主催:聖マリアンナ医科大学病院

共催:川崎市

