

R5.9.4 9:00~9:45

～牧之原地区 健康講話～
お塩の摂りすぎに要注意

【スタッフ】

保健委員:辻さん

保健師:大隅



【活動の様子】

牧之原市は、高血圧有病者・予備群が県平均よりも多いです。高血圧を予防するためには、減塩が効果的です。

保健委員さんと協力し、がん検診の会場にて「高血圧予防のための、減塩のコツ」について健康講話を行いました。

次年度は、血圧測定ブースなどを作り、地域の皆様と直接お話できる機会を作れたらよいなと思っています♪



健康講話を
させていただいて
いる様子です☆

保健委員さんより
減塩レシピ配布

