県民公開講座

令和6年度埼玉県循環器病対策事業

彩の国 埼玉県

～始めよう一次予防～

脳卒中・心臓病にかからないための7つの秘訣

参加無料

先着申込順 140名

日時

令和7年
1月18日（土）
13:00～15:45

場所

坂戸市文化施設オルモ
（オルモホール）
埼玉県坂戸市芦山町1-2
※ 公共交通機関でお越しください

東武東上線「北坂戸駅」徒歩1分

対象

埼玉県民、県内在住のどなたでも

講演会

座長　鈴木 孝明 先生
（埼玉医科大学国際医療センター副院長/心臓病センター長/小児心臓外科 教授）

① 脳卒中の予防と治療 寺西 亮雄 先生
（埼玉医科大学国際医療センター 脳卒中外科 講師）

② 身近に潜む心臓病 荒井 隆秀 先生
（埼玉医科大学国際医療センター 心臓内科 教授）

県民の皆様へのメッセージ

③ 理学療法士(リハビリ)より　木村 拓誠 氏
（埼玉医科大学国際医療センター リハビリテーション部）

④ 薬剤師より 松本　浩宣 氏
（埼玉医科大学国際医療センター 薬剤部）

⑤ 管理栄養士より 新井 沙央里 氏
（埼玉医科大学国際医療センター 栄養部）

基調講演

⑥ 地域で防ぐ！地域で支える！
脳卒中・心臓病　鬼澤 信之 先生
（医療法人あんず会 杏クリニック理事長）

申込

Webの場合 こちらへ

FAXの場合 こちらへ　042-984-0432

メールアドレス、氏名、人数、電話番号（日中連絡がつくもの）
年代、性別、居住地（県内・県外）を記載の上、送信してください

問合せ：埼玉県疾病対策課　048-830-3598（平日8:30～17:15）
埼玉医科大学国際医療センター公開講座事務局　042-978-7137

埼玉県　循環器病　公開講座　検索

共　催：埼玉県／埼玉医科大学国際医療センター
後　援：一般社団法人 埼玉県医師会／公益社団法人 日本脳卒中協会埼玉県支部／一般社団法人 日本循環器協会埼玉県支部

もっと知ろう！脳と心臓のこと

埼玉県マスコット
「コバトン」

【予防のために実践できる6カ条】

1. **血圧管理、基礎疾患**はきちんと治療
2. **塩分**の適正量の摂取、1日6g未満
3. **禁煙**
4. **お酒**はほどほどに ビールなら500ml、日本酒なら1合程度
5. **適度な運動**
6. **十分な休養・睡眠**

そのサイン・・・脳卒中かも？

すぐに
119番

あれ？おかしい！！いつもと違うと思う症状・・・

- □ 片方の手足・顔半分の麻痺、しびれ
- □ ろれつが回らない、言葉が出ない、人の言うことが理解できない
- □ 力はあるのに立てない、ふらふらする
- □ 片方の目が見えない、視野の半分が欠ける
- □ 突然、経験したことのない激しい頭痛

※ 早期治療で後遺症の可能性も下がります。

そのサイン・・・狭心症・心筋梗塞かも？

「突然」「激しい」症状が出たら・・・

- □ 腕、肩、歯、あごの痛み
- □ 胸が焼ける症状
- □ 突然の胸の痛み
- □ 胸が押さえつけられる、締め付けられるような感じ

※ すぐに治療が必要です！

すぐに治まらなければ
119番

埼玉県マスコット
「さいたまっち」

埼玉県救急相談　救急車を呼ぶか迷った時には・・・

24時間対応　年中無休　＃7119（または 048－824－4199）

脳卒中・心臓病に関する相談窓口　受付 8:30～17:00（日・祝・年末年始を除く）

脳卒中・心臓病等総合支援センター（埼玉医科大学国際医療センター内）

042－984－0608