



教室

高血圧は「生活習慣病」の一つ

少ない塩分・たつぷり愛情  
高血圧教室開催(参加無料)

企画健康福祉課 健康推進係 ☎65・0001

高血圧は、「生活習慣病」の一つであり、生活習慣を変えることで予防・改善のできる病気です。

「血圧は高いけど、何も対策をしていない」「血圧は高くないので、私は大丈夫ー」と思われた方は要注意!!

高血圧は、すぐに症状は現れません。しかし、からだの中では、心臓には負担がかかり、血管は傷つけられ…と刻々と悪い方向へ進行します。これを放置し続けると「心不全や脳梗塞」などの重大な病気を引き起こす原因となります。



この教室では、高血圧に関する正しい知識習得の講義や、高血圧予防の実践につながる調理実習を行います。

ぜひ、この機会にご自身やご家族の健康について一緒に考えてみませんか。

- 【日時】①11月11日(月)(講義) 10時15分〜12時  
②12月2日(月)(調理実習) 10時15分〜13時
- 【場所】住民センター調理室
- 【対象】町内在住の40歳以上の方で、原則、両日参加できる方(定員10名)
- 【申込締切】10月18日(金) ※定員になり次第締切
- 【申込方法】電話または窓口でお申し込みください。

お知らせ



9月21日から仮駅舎をご利用ください  
桂川駅自由通路新設等に  
伴う仮駅舎について

企画画財政課 企画調整広報係 ☎65・1085

桂川駅は、自由通路新設工事及び新駅舎建替えに伴い、令和元年9月21日(土)から仮駅舎(下記地図参照)となります。

自由通路及び新駅舎の完成は、令和3年春の予定です。

工事期間中は、ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほど、よろしく申し上げます。

なお、駅への送迎については、駅西側の自動車整理場をご利用ください。

※自動車整理場は駐車から30分までは無料。それ以降は有料(上限無し)となりますのでご注意ください。



【JR桂川駅南側・自由通路のイメージ図】

