

< 報道発表資料 >

令和 7 年 7 月 1 5 日

京都市伏見区役所健康長寿推進課

伏見区役所「健活スタートセミナー ～今日から始める、血圧コントロール術～」の開催

伏見区役所では、健康長寿のまち京都を目指し、本市の重要な健康課題である循環器病発症予防のための取組を進めています。この度、循環器病のリスク要因である高血圧症の予防をテーマにした健康教室「健活スタートセミナー」を開催します。

高血圧の病態、家庭での血圧測定や、予防のための生活習慣改善のポイントをお伝えしますので、血圧が高くなってきて気になる方、循環器疾患に関心がある方、ぜひご参加ください。

【開催概要】

- 日時 (1) 9月26日(金) 午後1時30分～午後3時30分
(2) 12月19日(金) 午後1時30分～午後3時30分
- 内容 (1) 血圧・体重測定、医師・管理栄養士・保健師による講話、運動
(2) 尿検査や味覚による塩分チェック、歯科衛生士による講話、運動
- 場所 伏見区役所 1 階 ホール (〒612-8511 京都市伏見区鷹匠町39番地2)
- 対象 (1)(2)の両日に参加でき、かつ運動制限のない40歳以上の伏見区在住の方
- 定員 25名 ※申込み多数の場合抽選
- 参加費 無料
- 申込方法 令和7年7月18日(金)から9月5日(金)午後5時までの間に
電話、窓口、又は HP 内の申込フォームのいずれかの方法にて
お申込みください。



HP : <https://www.city.kyoto.lg.jp/fushimi/page/0000341035.html>



昨年の様子

<お問合せ先>

京都市伏見区役所 健康長寿推進課 健康長寿推進担当

電話：075-611-1162