

予防がいちばん！高血圧

<展示企画のご案内>

期間：2023年12/5(火)~12/18(月)

場所：向陽台薬局内（地図は下記参照）

内容：・減塩のヒントを学ぼう！

・野菜350gはどれくらい？

・血圧を測ってみよう！

など



血圧は
いつ、どこで
測ったらいいの？

どんな運動が
効果的？

野菜は毎日、
どれだけ食べたら
いいの？

どうしたら
減塩できるの
かしら？

<向陽台薬局>

住所：稲城市向陽台5-5-1

電話：042-378-4193

向陽台薬局



<駒沢女子大学健康栄養相談室とは>

栄養ケア・ステーションとして、(公社)日本栄養士会から認定を受けた機関です。

管理栄養士のスタッフが駒沢女子大学教員と共に乳幼児の食育から高齢者栄養ケアまで、地域の健康づくりのために活動しています。