

第24回

ふくしま健康フェスティバル

高血圧のはなし、3人に1人は高血圧

～血圧の管理で、健康寿命を延ばそう～

9月2日（土）、福祉センターにおいて、ふくしま健康フェスティバルが開催されました。

今年は「高血圧のはなし、3人に1人は高血圧～血圧の管理で、健康寿命を延ばそう～」をテーマに行いました。

講演では、「血圧ってなんでしょ？どうして高血圧を治療すべきなのでしょう？」と題して、国立病院機構函館病院 副院長 米澤一也先生が、血圧とは何か、血圧を上手に管理することで健康寿命

を延ばすことが出来るなど、分かりやすく講演して頂きました。

そのほか、会場内の「看護師さんコーナー・血圧測定」、「保健師さんコーナー・フレイルチェック」、「栄養士さんコーナー・減塩食の紹介」、「薬剤師さんコーナー・血流測定、認知機能チェック、お薬相談」、「消防士コーナー・救急車の展示、AED講習」などのコーナーで、自身の身体の状態を知る機会となりました。

また、恒例の小中学生の「けんこう標語」、おとな「けんこうせん柳」の表彰式も行い、フェスティバルの最後では、健康グッズの抽選会を行いました。血圧計、冷却シート、栄養剤、経口補水液等、熱中症対策に役立つグッズを抽選でプレゼントし、当選した方々から笑顔もみられ、盛大に終わることができました。



各コーナーの様子



血圧測定コーナー



お薬相談コーナー



抽選会の様子



フレイルコーナー