

2025年度

# みんなの 健康教室

## 「予防と備え」

★ご来場に際して  
ご観覧の際、感染予防対策のご理解・ご協力をお願ひいたします。

入場無料  
申込不要  
(定員50名)

2026年1月17日(土)  
14:00~15:15(開場 13:30)

会場: みなと保健所 8階会議室  
〒108-8315 東京都港区三田1-4-10

● 血圧が高いのを放っていませんか?  
迫り来る慢性腎臓病の恐怖とその対策としての血圧管理  
菅野 直希(腎臓・高血圧内科 講師 / 診療医長)



● 血圧管理のための食事療法  
笹谷 実南(管理栄養士)



進行: 松尾七重

- 東京慈恵会医科大学附属病院
- 患者支援・医療連携センター 副センター長
- 腎臓・高血圧内科 講師/診療医長



※事前予約は不要です。定員になり次第入場を制限する可能性がございます。また、都合により開催できない場合がございます。  
詳細は東京慈恵会医科大学附属病院のホームページをご確認ください。

港区みなと保健所  
健康推進課健康づくり係  
☎03-6400-0083  
受付時間: 月~金 8時30分~17時  
みなと保健所主催の健康講座などはこちら  
港区HP:  
<https://www.city.minato.tokyo.jp/kenkouzukuri/documents/documents/kenkoukouza1.html>



東京慈恵会医科大学附属病院  
患者支援・医療連携センター 医療連携室  
☎03-5400-1202  
受付時間: 月~土9時~17時  
過去の講演は当大学ホームページにて  
動画を配信しております。  
公開講座→「みんなの健康教室」  
<https://www.hosp.jikei.ac.jp/about/pr>



# 会場案内



## みなし保健所 8階会議室

〒108-8315 東京都港区三田1-4-10

### ●会場についてのお問い合わせ先

港区みなし保健所

健康推進課健康づくり係

☎03-6400-0083

受付時間：月～金 8時30分～17時

**【講座内容等のお問い合わせ先】**  
**東京慈恵会医科大学附属病院**  
**患者支援・医療連携センター 医療連携室**

☎ 03-5400-1202  
受付時間：月～土9時～17時