

令和6年度脳卒中啓発プロジェクト研修会

食生活の改善で 脳卒中を予防しよう！



栃木県では、**男性の3割以上、女性の2割以上が肥満**とされていて、全国と比較し高い傾向にあります。また、日本人の食事摂取基準で定める**食塩摂取量を超えている者は男女とも約8割**となっています。肥満や塩分の過剰摂取は高血圧の原因となり、ひいては**脳卒中**を発症する恐れが高まります。

脳卒中は**県民の死亡や寝たきりの原因の上位**にあり、**後遺症**が残った場合は**介護**が必要となります。

皆さんの身近な食生活について改めて考え、脳卒中の予防につなげましょう！

日 時 令和7年3月7日（金）

14:00～15:00

視聴方法 Zoomによるオンライン開催

内 容 「倒れる前の予防策
～食事と栄養でできること～」

参加費 無料

その他 当日参加が難しい方向けにアーカイブを配信します。



【講師紹介】

獨協医科大学病院栄養部
管理栄養士 繪面友香子氏

2012年、女子栄養大学卒業。同年獨協医科大学病院栄養部へ入職。

入院・外来の患者に対する栄養相談等、多職種と連携しながら患者のサポートにあたるほか、同病院附属の看護専門学校で「臨床栄養学」の非常勤講師を務める。令和5年度まで、脳卒中急性期における集中治療病棟にて栄養管理を担当。

病態栄養専門管理栄養士、栄養サポートチーム専門療法士、とちぎフレイル予防アドバイザー等、取得資格多数。

【お申込み】



申込締切：
2月28日（金）
まで

- ・当日参加、アーカイブ視聴ともに、こちらの二次元コードからお申し込みください。
- ・登録いただいたメールアドレスあてに、資料や当日参加・アーカイブ視聴に必要な情報をお送りしますので、お間違えの無いようご注意ください。

問合せ先

栃木県保健福祉部健康増進課

がん・生活習慣病担当

電 話 028-623-3095

メール kenko-zoshin@pref.tochigi.lg.jp

主催 栃木県

