

第8回  
県民公開講座

来場  
特典

参加  
無料

申込  
不要

全国初！めざせ

# 高血圧ゼロの県

血圧をしっかり下げて健康寿命を延ばしましょう

2025

10/4

土

13:30

▶ 15:15

(受付 12:30~)

県内各地に会場を設置しております。詳細は裏面をご参照ください。

## ● 一次救命処置のデモンストレーション

青森地域広域事務組合消防本部

## ● あなたは本当に

### 高血圧症を知っていますか？(仮)

青森県健康医療福祉部 部長 守川 義信

## ● 一生飲むの？高血圧のお薬について

一般社団法人青森県薬剤師会 理事 前田 法晃氏

## ● 高血圧を予防するおいしい減塩習慣

### ～今日からできる減塩のコツ～

テック認定栄養ケア・ステーション勤務 青森県栄養士会理事 武井 秀貴氏

## ● 脳卒中・心臓病等総合支援センターについて

青森県・弘前大学医学部附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター  
センター長 富田 泰史

<お問い合わせ>

青森県・弘前大学医学部附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター

☎ 0172-39-5459 (直通)

✉ [noushincenter@hirosaki-u.ac.jp](mailto:noushincenter@hirosaki-u.ac.jp)

会場は裏面へ

# メイン会場

青森県労働福祉会館

大会議室（青森市）

お車でお越しの場合は会場近くのコインパーキングに駐車をお願いいたします。  
（駐車料金は各自のご負担となります。）

血圧計  
抽選会

減塩  
試供品

AED  
心肺蘇生法  
体験

定員  
100名

# サテライト会場

青森市のメイン会場から各会場へ中継配信いたします。

各会場で減塩試供品の配布を行っています。ぜひご参加ください♪

東青

外ヶ浜町総合福祉センター などわーる（外ヶ浜町）

定員  
60名

中南

青森県武道館 第三会議室（弘前市）

定員  
50名

地域交流センター 鱶come（大鰐町）

血管年齢測定、ベジチェック、だし活コーナー（試供品提供）※予定

定員  
100名

西北

五所川原市役所 2階会議室（五所川原市）

定員  
40名

血管年齢測定、ベジチェックあり

つがる市民健康づくりセンター（つがる市）

血管年齢・脳年齢・肺年齢・骨健康度・血圧・握力測定などあり

定員  
60名

深浦町保健センター（深浦町）

定員  
50名

減塩の試食コーナーあり

中泊町役場 小会議室（中泊町）

定員  
50名

ベジチェックあり

上北

野辺地町役場 町民ホール（野辺地町）

定員  
40名

七戸中央公民館 大ホール（七戸町）

定員  
70名

ベジチェックあり

下北

大間町健康福祉センター スマイリー（大間町）

定員  
50名

体成分分析装置インボディ、トルト（歩行分析・転倒リスクの評価）あり

三八

三戸町役場保健センター 集団指導室（三戸町）

定員  
50名

南部町立町民ホール「楽楽ホール」（南部町）

定員  
80名

ベジチェック、骨ウェーブ測定、食生活改善推進員コーナー ※予定

＜実施主体＞特定非営利活動法人日本高血圧協会/青森県/青森県・弘前大学医学部附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター/青森地域広域事務組合消防本部/弘前大学大学院医学研究科循環器腎臓内科学講座/大間町/大鰐町/風間浦村/五所川原市/佐井村/三戸町/七戸町/外ヶ浜町/つがる市/中泊町/南部町/野辺地町/弘前市/深浦町

＜協賛＞オムロンヘルスケア株式会社/大塚食品株式会社/株式会社みすずコーポレーション/亀田製菓株式会社

＜後援＞青森県医療ソーシャルワーカー協会/東奥日報社/陸奥新報社