

# 第3回 あおば心臓リハビリ教室

## 「心臓病の方の健康を守る心臓リハビリ」

すべて心臓リハビリに関わる内容です

- ①心臓リハビリ事始め
- ②栄養指導ってめんどくさい?!
- ③薬の上手な付き合い方
- ④運動と健康 ~自分に見合った運動を心掛けましょう~
- ⑤いざと言う時! 心臓マッサージできますか

### 演者

- ・磯 良崇 (循環器内科)  
昭和大学スポーツ運動科学研究所
- ・玉木大輔 (管理栄養士)  
昭和大学藤が丘病院栄養科
- ・泉真由美 (薬剤師)  
昭和大学藤が丘リハビリテーション病院薬剤部
- ・小和板仁 (理学療法士)  
昭和大学藤が丘リハビリテーション病院リハビリセンター

### 日時

2017年5月20日 (土)  
午前10時00分～12時00分

### 場所

横浜市青葉公会堂 1号会議室

〒225-0024

横浜市青葉区市が尾町31-4 (青葉スポーツセンター隣)



東急田園都市線/市が尾駅下車徒歩10分

健康を気にしている方なら、どなたでもご参加いただけます。予約の必要もございません。

参加費 無料

定員 40名  
(先着順)

### 主催

昭和大学スポーツ運動科学研究所

### 共催

青葉スポーツセンター  
青葉公会堂

### 後援

横浜市青葉区医師会  
昭和大学藤が丘病院  
循環器内科

## 内容に関するお問い合わせ

昭和大学スポーツ運動科学研究所

(昭和大学藤が丘リハビリテーション病院内)

電話: 045-978-6302

## 場所に関するお問い合わせ

横浜市青葉公会堂

電話: 045-978-2400

青葉スポーツセンター

電話: 045-974-4225