

# 市民セミナーを開催しました！！

健康に関する情報を多くの皆様に提供するため市民セミナーを開催しました。  
今後も、さまざまなテーマのセミナーを行い、  
地域の皆様の健康づくりに貢献したいと思っております。



日時：2018年4月20日（金）

会場：宮地楽器小金井店「さくらホール」

テーマ：生活習慣病と運動

講師：公益財団法人心臓血圧研究振興会附属 榊原記念病院

総合診療部主任部長・心臓リハビリテーション室長

長山 雅俊先生

☆毎週水曜日午前当院循環器外来担当



長山 雅俊先生



90名以上の方にご参加いただきました！！

長山先生ご自身の体験談を踏まえた  
お話もありました。  
時折、笑いも交えたユーモアあふれる  
楽しいセミナーでした。

参加者の方からは、わかりやすく  
とても役に立ったとのお声がたくさん  
届きました！！



## 参加者の声

- ・わかりやすく、楽しく聴くことができた。
- ・とてもおもしろく、具体的でこれからの生活に実行していきたい。
- ・自分自身の生活習慣を改め、継続的な運動の必要性を感じた。
- ・本当に知りたかったことを教えてもらえた。

☆次回のセミナーも、多くの皆様のご参加をお待ちしております。



小金井メディカルクリニック

