

さいたま市民医療センター

# 番外編 ハートの会

心臓や血管の病気について知りたい方・ご家族様へ

日時：11月30日土曜日 14時～

場所：プラザウエスト（桜区役所となり）  
4階 視聴覚室

〒338-0835

さいたま市桜区道場4-3-1

参加費無料  
100名様\*

予約・問い合わせ

地域医療連携室 048-626-0011（日・祭日除く）

\* 電話での事前予約制です。定員になり次第締め切りとなりますので、ご参加希望の方は早めにご連絡下さい。

14：00～15：00

## 『知ってて損はしない7つの事 心臓編』

心臓にやさしい食事内容や運動の方法、心臓の症状など、7つのポイントにしばってご説明したいと思います。終了後には質問コーナーもありますので、地域の皆さまのご参加お待ちしております。