



# ヘルスアップ講座



# 知って得する！ コレステロール対策

健康診断で気になる項目といえば、「コレステロール」や「中性脂肪」という方は多いのではないのでしょうか。このような脂質異常症を放置していると動脈硬化が起こり、静かに進行して脳梗塞や心筋梗塞といった病気を引き起こす恐れがあるので注意が必要です。この講座では、「脂質異常症」改善のポイントをご紹介します。何をどう気をつけたらいいのかわからない、気をつけているつもりだけどなかなか下がらない・・・という方はぜひご参加ください。



**日 時** 5月19日(土) 10:00~12:00 (受付開始 9:30)

**会 場** 一般財団法人西日本産業衛生会  
八幡健診プラザ(北九州産業衛生診療所) 2階 セミナー室  
北九州市八幡東区東田1丁目4-8 [地図は裏面をご参照ください] ※駐車場完備

**内 容**  
■コレステロールとは?脂質異常症の原因とリスク  
■今日から実践!コレステロール・中性脂肪を下げる生活習慣

**定 員** 30名 ※定員になり次第、締め切らせていただきます

**申込方法** 封書・ハガキ・FAX・メールで、申込内容をご記入のうえお申込みください

[封書・ハガキ] 〒805-0071 北九州市八幡東区東田1丁目4-8「2018春 ヘルスアップ講座」係  
[FAX] 093-671-8140 [メール] medic@kitakyu-hp.or.jp

\*ご記入いただいた個人情報は、事務局からのご連絡やセミナー運営、今後開催する講座のご案内にのみ使用させていただきます。

**お問い合わせ** TEL: 093-671-8108 (受付時間: 平日 8:30~17:00) [担当] 健康管理課 松尾

## 2018春 ヘルスアップ講座 参加申込書

フリガナ		年 齢	
お 名 前	(男・女)		歳
ご 住 所	〒	電話番号	

**\*八幡健診プラザ（北九州産業衛生診療所） 交通アクセス\***

- JR をご利用の場合 八幡駅北口から徒歩 2 分
- 車をご利用の場合 都市高速 東田出口から 1 分 **(駐車場完備)**

\*ナビをご利用の際は住所で検索してください。電話番号検索では旧住所をご案内する場合がございます。

[住所] 北九州市八幡東区東田 1 丁目 4 - 8

