

# ～脂質異常症を予防しよう～

脂質異常症、1度は耳にしたことがあるかもしれませんが、具体的に何を指しているのか理解するのは少し難しいですね。簡単にいえば、脂質異常症は血液中の脂質（脂肪）のバランスが崩れた状態を指します。

この状態が続くと、動脈硬化や心臓病のリスクが高まります。ですが、脂質異常症は生活習慣の見直しや管理で、うまくコントロールすることが可能です。自分の健康を守るために、脂質異常症の知識を身につけ、より健康的な生活を送りましょう。

✿主 催✿ 仙台市・社会福祉法人仙台市障害者福祉協会

✿日 時✿ 令和6年8月3日（土）13：30～15：00

✿会 場✿ 仙台市宮城野障害者福祉センター  
住所：仙台市宮城野区大槻16-2  
電話：022-292-8474

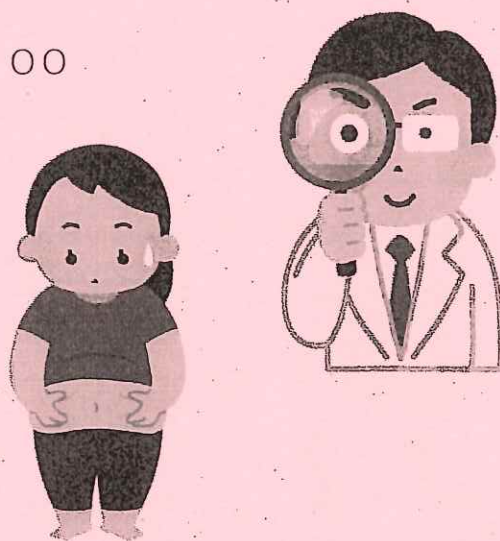
✿内 容✿ ①ウォーミングアップ体操  
（予定） ②脂質異常症についてのお話

✿講 師✿ 仙台市宮城野障害者福祉センターの職員が担当します

✿費 用✿ 無料

✿対 象✿ 仙台市内にお住まいの身体に障害のある方（難病の方含む） 10名

✿申込み✿ 所定の参加申込書に必要事項をご記入の上、令和6年7月27日までに当協会へお申し込み下さい。（お電話でも受け付けます。022-266-0294）



感染予防のため、各自マスクの着用にご協力をお願いいたします。

## 感染症拡大防止に ご協力ください



《お問い合わせ・申込み先》  
社会福祉法人仙台市障害者福祉協会  
〒980-0022 仙台市青葉区五橋二丁目12番2号  
TEL 266-0294  
FAX 266-0292

