



腎臓病教室

毎年3月の第2木曜日は
【世界腎臓デー】



会場：前田病院 受付横のラウンジ
【テーマ】

参加無料
※要予約

第1回 2/7 (土) : 13:00～13:40

「美味しく食べる減塩食」

：看護師 & 管理栄養士

第2回 3/7 (土) : 13:00～13:40

「腎臓を守るための運動習慣

～今日からできる体の動かし方」：理学療法士

現在、日本の成人の **5人に1人**が「慢性腎臓病(CKD)」であると言われています。

腎臓が悪くなると、人工透析や移植を必要としたり、心臓病や脳卒中などの病気を引き起こしやすくなります。

加齢とともに腎臓の機能は低下しますが、寒い冬でも、腎臓もからだも「元気に」お過ごしできるように、「腎臓を守る食事・運動療法」について、一緒に学んでみませんか？

冬の定番、お鍋やおでん、温か～いスープが食べたい！でも塩分が・・・
外は寒いからこたつでぬくぬく、あ～最近、運動不足だな・・・



そんなみなさまのご参加を、スタッフ一同、お待ちしております！

予約はQRコードから登録をお願いします
お電話・病院受付でも予約できます
※電話予約は平日14:00～16:30です

ご予約はこちらから↓↓

<https://forms.gle/TuZPu8PwpBbX1Qd5A>



前田病院

0955-23-5101