

# 第118回生活習慣病教室

日時 2018年**1月20日**(土)午後**2**時から**3時30**分まで  
横浜総合病院 1階集会室



## 講演1. 生活習慣病の厳格管理で

### 脳卒中・認知症を予防する

講師:横浜総合病院 臨床研究センター長  
長田 乾 医師

## 講演2. 認知症予防の運動

講師:リハビリテーション科

### メタボリックシンドローム診断基準

腹囲:男性85cm以上、女性90cm以上

+下記の2項目以上

中性脂肪 150mg/dl以上 and/or HDLコレステロール 40mg/dl未満

収縮期血圧 130mmHg以上 and/or 拡張期 85mmHg以上

空腹時血糖 110mg/dl以上

参加希望者は総合受付にお申し込みください。  
(席に限りがあります。参加費200円)

第119回 2018年2月17日も予定しております。

### 横浜総合病院

〒225-0025 横浜市青葉区鉄町2201-5

TEL 045-902-0001

<https://yokoso.or.jp/>