

血圧をしっかりと下げて 健康寿命を延ばしましょう

参加無料
定員 500名

〔日 時〕 2026年 10月12日(月・祝) 14:30～16:30

(受付開始: 14:00～2Fロビー)

〔場 所〕 ライトキューブ宇都宮 大ホール
〒321-0969 栃木県宇都宮市宮みらい 1-20
(JR宇都宮駅改札口から徒歩2分)

参加者プレゼント

参加者の方には
トマトジュース【無塩】を
会場にて無料でプレゼント!



どなたでも無料でご参加いただけます

プログラム

1. 開会挨拶

第48回 日本高血圧学会総会 会長
自治医科大学内科学講座 循環器内科学部門 教授
荻尾 七臣 先生

2. 講演 I

血圧が高いと心臓や血管はどうなる?
～知っておきたい重大なリスク～

〔座 長〕 森ノ宮医療大学 名誉学長
荻原 俊男 先生

〔演 者〕 自治医科大学 循環器内科部門 教授
星出 聡 先生



3. 講演 II

血圧を下げるために今できること
～生活習慣から始める健康づくり～

〔座 長〕 日本医療大学 総長
島本 和明 先生

〔演 者〕 宇都宮中央病院 院長
石光 俊彦 先生



4. Q&Aセッション

血圧に関する疑問にお答えします!

〔司 会〕 市立伊丹病院 病院事業管理者 / 日本高血圧協会 理事長
樂木 宏実 先生

〔コメンテーター〕 星出 聡 先生・石光 俊彦 先生

5. お楽しみ抽選会

抽選で血圧計やジュースギフトが当たります!

6. 閉会挨拶

樂木 宏実 先生

お申込み方法



参加を希望される方は、
事前申込をおすすめします。右のQRコードよりお申込みください。
<https://forms.cloud.microsoft/r/iNe3PAK8ed>

応募締切り 10月5日(月) 15:00

〈当日参加も受け付けます〉



※ お申込みにあたり記載された情報は、上記市民公開講座への出席確認の配信、運営のみに利用し、その他の目的には使用しません。