

# 自分で脈測り 脳卒中予防を

## 宮大教授ら啓発活動

宮崎大医学部の教授らでつくる「みやざき健康キャラバン隊」の市民啓発イベントは6月30日、日南市南郷町の外浦自治公民館であった。講演会や心電図体験を通じ、市民約60人が脳卒中や不整脈の予防について学んだ。

健康寿命延伸を目指した同大学のプロジェクトの一

# 日南

# 串間

題字・阿萬 晴花さん

(吾田中一年)



「みやざき健康キャラバン隊」のイベントであった心電図体験

環として県内各地でイベントを実施。この日は外浦地区自治会の主催で行われた。

「心房細動」を早期発見するため、自分で手首の脈を測り確認するよう呼びかけた。

脳卒中の原因や予防について、同隊メンバーで宮崎市・名越内科の名越敏郎院長(62)が講演。高血圧は心臓や血管に負荷がかかり「命に関わる病気が突然起こることがある」と危険性を訴えた。また、脳卒中の原因となる不整脈の一種

同市南郷町潟上の山下順一さん(74)は「改めて食生活や運動に気を付けようと思った。地域みんなで元気になればうれしい」と話していた。

(牧佳乃子)