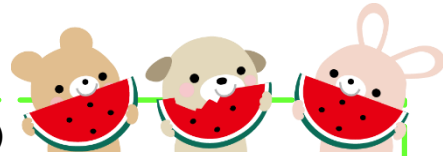


## 8月のイベントの様様



8月17日(水)



利用者様と職員でスイカ割りを行いました♪  
 目隠しをして、みなさまの声を頼りにスイカを  
 割る事ができました!!  
 コーヒータイムにはスイカを食べていただき  
 夏気分を味わっていただきました♪

8月20日(土)

フルーツ演奏会が開催されました♪  
 キレイなフルーツの音色で懐かしい歌を  
 奏でいただき、みなさま手拍子をしながら  
 一緒に歌われ大変盛り上がりました♪



## 血圧のおはなし

### Part ①

### どこからが高血圧!?

日本高血圧学会では、収縮期血圧(上の血圧)で 140mmHg  
 拡張期血圧(下の血圧)で 90mmHg 以上が高血圧と定義しています。



田中 衣梨 Dr.  
循環器内科

### 降圧目標値は誰でも同じ!?

若年、中年者では 135/85mmHg 未満が目標ですが、  
 糖尿病や慢性腎不全、心筋梗塞後の患者さんでは  
 さらに低い 125/75 mm Hg 未満と設定されています。  
 このように患者さんの背景によって治療の目標となる  
 血圧値は異なります。



## 続きはまた来月号で!

デイケアに興味、ご質問のある方はお気軽にご連絡下さい。お待ちしております。

丸山整形外科 デイケア アクア 電話 073-423-7700 担当:西