

めざせ「健康寿命」日本一！

# 減塩サミット 2022in 福島 (Web 発信)

2022年 3月 21日 (月)

福島民友新聞  
紙上開催

主催 ◆ 福島県立医科大学 福島民友新聞社

後援 ◆ 日本高血圧学会減塩・栄養委員会 福島県ほか

新型コロナウイルス感染防止のため、福島県の地元紙「福島民友新聞」での紙上開催となります

講演要旨や減塩レシピなどを紙面に掲載するほか、動画をWEBで公開し、減塩の必要性、健康について幅広く訴えます。新聞掲載は2022年3月21日。WEB発信は、福島県立医科大学のYouTubeチャンネル、福島民友新聞社のニュースサイト「みんゆうNet」で同日から行います。

## 内 容

### ■ はじめに

福島県立医科大学 医学部 循環器内科学講座 教授

石田 隆史 氏



### ■ 紙上講演 I

「適塩化のススメ ～塩と血圧の正しい理解を目指して～」

勝谷医院院長 (兵庫県尼崎市)

大阪大学大学院 医学系研究科 臨床遺伝子治療学 招聘教授

勝谷 友宏 氏



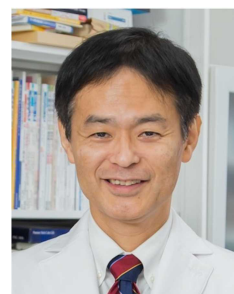
### ■ 紙上講演 II

「高血圧と生活習慣病」

福島県立医科大学 医学部

糖尿病内分泌代謝内科学講座 主任教授

島袋 充生 氏



### ■ 実践例

減塩レシピ

福島学院大学短期大学部 食物栄養学科



➤デコポンご飯

➤春野菜のミルク煮