



早めの防寒を

急に寒いとからだは温度を逃がすまいと血管は収縮し血圧が上がりやすくなります

気温に体が順応できていない

冬の初めこそ要注意

心筋梗塞や脳卒中が多くなる時期です

高血圧をお持ちの方
防寒対策をしっかりとして下さいね！

