# 5月17日
# 世界高血圧デー

「世界高血圧デー」は、高血圧の認識と予防の重要性を訴える国際的な取り組みです。
生活習慣の改善と日ごろの血圧測定が重要であること等の高血圧撲滅の啓発活動が様々な所で行われています。
奈良県総合リハビリテーションセンターでは、日本高血圧学会のシンボルカラーである赤(動脈)や緑(静脈)のライトアップを病院正面近くの樹木に行っています。

## 2026/5/12～5/20

〔点灯時間〕日没後

☑血圧を図る習慣がない
☑塩分の多い食事が好き
☑ストレスが多い
☑家族に高血圧が多い

ひとつでも当てはまったら、
**今日から血圧チェックを！**

奈良県総合リハビリテーションセンター