

10月の「脳卒中月間」の取組について

健康寿命の延伸における重要な健康課題である、脳卒中死亡率全国ワーストからの脱却に向け、10月の「脳卒中月間」や10月29日の「世界脳卒中デー」に併せた、県民への普及啓発や情報発信を行います。

1 目的

本県における脳卒中の死亡率は、長期的には減少傾向にあるものの、全国ワーストの状況が続いており、依然として本県の重要な健康課題となっている。

脳卒中は要介護となる主な原因であり、健康寿命にも大きく影響することから、10月の「脳卒中月間」※¹や10月29日の「世界脳卒中デー」に併せた普及啓発や情報発信を行い、県民全体が一丸となった取組により、脳卒中死亡率全国ワーストからの脱却を目指すもの。

※1：公益社団法人日本脳卒中協会が脳卒中に関する理解を高めることを目的に、2021年から毎年10月を「脳卒中月間」と定め、啓発活動を行っているもの。

2 県が主催・共催するイベント等

(1) 岩手県脳卒中予防県民大会 2025 (詳細：別添1のとおり)

日時：令和7年10月31日(金) 13:30~15:30

会場：トーサイクラシックホール(岩手県民会館) 中ホール

主催：岩手県、岩手県脳卒中予防県民会議

内容：講演会(特別講演、基調講演、事例報告)、ロビーでの健康管理機器体験コーナーの設置

※ 知事出席予定

(2) 2025 いわて健康ウォーク (詳細：別添2のとおり)

日時：令和7年10月5日(日) 9:30~(荒天の場合：10月25日(土)に延期)

会場：盛岡城跡公園中央広場(盛岡城跡公園を発着点に盛岡市内を巡る約8kmのコース)

主催：岩手県、盛岡市、岩手日報社

※ 知事出席予定(挨拶、ウォーキング参加)

(3) 岩手県立図書館特別展示「知って防ごう 脳卒中～10月は脳卒中月間です～」

日時：令和7年10月1日(水)～30日(木)

内容：脳卒中の症状や予防法、岩手県の現状と取組等に関するパネル・ポスター展示、脳卒中予防や生活習慣の改善に役立つ図書展示

(4) 県内の主要ランドマークのライトアップ(インディゴブルー※²)による啓発

10月29日(水)の「世界脳卒中デー」を含む1週間程度、県内7カ所で開催
〔岩手医大実施分〕東北電力無線鉄塔(10/26～11/1)、開運橋(10/26～11/1)、
岩手医科大学(10/25～10/31)

〔岩手県実施分〕アイーナ(10/29～11/4)、奇跡の一本松(10/29～11/4)

〔県民会議会員実施分〕岩手県予防医学協会 Big Waffle(10/29～11/4)、

盛岡信用金庫本店(10/29～11/4)



参加申込みはコチラから



参考：昨年度のライトアップの状況
(写真提供：岩手医科大学)

※2：世界脳卒中機構のシンボルカラー。世界脳卒中機構は、世界中の個人及び支援団体を含む脳卒中関連団体が加盟する世界的団体で、世界保健機構(WHO)と公式な関係のある唯一の脳卒中に関する国際的非営利団体。

毎月28日は
いわて減塩・適塩の日



(5) 「いわて減塩・適塩の日」の啓発活動（毎月28日）※3

保健所や市町村、関係団体が連携し、減塩を推進するための啓発活動を県内各地で実施。

※3：平成26年7月28日に「岩手県脳卒中予防県民会議」を設立したことに因み、毎月「28日」を「いわて減塩・適塩の日」と定め、県全体へ減塩の重要性の浸透を図っている。

(6) SNS等を活用した情報発信

ホームページやSNS等で「おすすめ減塩レシピ」や「脳卒中予防十か条」など、健康づくりに関する情報を発信。



いわて健康情報ポータルサイト

いわて健康情報

検索



岩手県健康国保課X（旧：twitter）
—いわて健康幸福宣言—
ユーザー名 @iwate_kenkou

3 県内の脳卒中予防の啓発や健康増進につながるイベント（詳細：別添3のとおり）

<主なイベント> 別添3の資料を県のホームページに掲載しています。

開催日	実施主体	イベント名・内容
10月1日（水）	盛岡市	もりおかココカラダフェス2025 （健康づくりに関する講演会、展示、測定）
10月3日（金）	遠野市	健幸ウォーキング in 遠野ふるさと村 （ウォーキング、減塩みそ汁試飲、認知症劇、QOL健診等）
10月4日（土）	岩手県予防 医学協会	GOGO!アーリーフェスタ〔創立55周年記念感謝祭〕 （健康に関するイベント等）
10月18日（土）	雫石町	しずくいし健幸フェス2025 （各種測定：血管年齢、骨密度、野菜摂取量、体組成等、クイズ、展示等）
10月19日（日）	二戸市	にのへ健康フェスティバル（講演、健康体操、健康相談等） ※ 岩手県いい歯の日のつどい併催
11月3日（月・祝）	岩手医科大学	健康フェスタ （講演会、トークショー）
11月8日（土）	久慈市	令和7年度塩かげんもあまちゃんで♪減塩フェスタ in 久慈 （減塩に関する講演、活動発表、体験コーナー）
11月24日（月・祝）	釜石市	釜石市健康づくりの集い （医師によるミニレクチャー、歯周病チェック、骨密度測定、ストレスチェック等）

【担当：健康予防担当課長 阿部(電話 019-629-5465)】

岩手県脳卒中予防県民大会 2025

～いわて健康幸福宣言 知って防ごう 脳卒中!～

期 日：令和7年**10月31日**（金）

13:30～15:30（開場：12:30）

会 場：**トーサイクラシックホール岩手**

（岩手県民会館）中ホール

入場無料



参加申込・詳しい情報はコチラから

総合司会 **古館友華さん**

（テレビ岩手アナウンサー）



13:30 岩手県脳卒中予防県民会議会長

岩手県知事 **達増 拓也**

岩手医科大学 学長 **小笠原 邦昭先生**

開
会
挨拶

13:35 『**医者が患者になって見えたこと**

～自ら実践した急性期の失語症リハビリテーション～』

陸前高田市国民健康保険広田診療所

所長 **坪井 潤一 先生**



特
別
講
演

■ 医師である講師が脳梗塞に…患者としてリハビリに取り組み、医療現場へ復帰するまでの歩みをお話いただけます。

14:45 『**あたらないためにどうする？**

もしあたったらどうする？』

岩手医科大学 脳神経内科・老年科分野

教授 **板橋 亮 先生**



基
調
講
演

■ 脳卒中を予防するためには、そして脳卒中の症状が出た場合にどうすればよいか、わかりやすくお話いただけます。

15:10 『**大船渡市大規模林野火災における避難所での食生活改善活動**』

大船渡市食生活改善推進員団体連絡協議会

会長 **金野 玲子 さん**

事
例
報
告

■ 災害時、食で住民に寄り添い活動を続けた食生活改善推進員の取組を御紹介いただけます。

会場内では、協賛企業・関係団体等による 各種健康管理機器体験・展示コーナーを設置します。

【お問い合わせ先】岩手県保健福祉部健康国保課（岩手県脳卒中予防県民会議事務局）TEL019-629-5468

主催：岩手県・岩手県脳卒中予防県民会議

後援：学校法人岩手医科大学、岩手県医師会、岩手県商工会議所連合会、岩手県市長会、岩手県町村会、岩手県国民健康保険団体連合会、全国健康保険協会岩手支部、公益社団法人日本脳卒中協会岩手県支部、岩手医科大学附属病院脳卒中・心臓病等総合支援センター、岩手県商工会連合会、岩手日報社、朝日新聞盛岡総局、毎日新聞盛岡支局、読売新聞盛岡支局、産経新聞盛岡支局、岩手日日新聞社、共同通信社盛岡支局、時事通信社盛岡支局、東海新報社、胆江日日新聞社、IBC岩手放送、NHK盛岡放送局、テレビ岩手、岩手朝日テレビ、めんこいテレビ、エフエム岩手（順不同）

岩手県脳卒中予防県民大会2025 参加申込書

令和7年 月 日

岩手県保健福祉部健康国保課
(岩手県脳卒中予防県民会議事務局) あて

担当(連絡)者名
連絡先 TEL
E-mail

団体・事業所でお申し込みの場合

※参加人数をご記入のうえ、FAX又はメールでお申し込み下さい

所属団体・事業所名	参加人数
	人

個人でお申し込みの場合

※参加者氏名及びお住まいの市町村名をご記入のうえ、FAX又はメールでお申し込み下さい

参加者氏名	お住まいの市町村名
<例> 滝沢 盛男	<例> 花巻市

【参加申込先】

岩手県保健福祉部健康国保課
(岩手県脳卒中予防県民会議事務局)
TEL:019-629-5468 / FAX:019-629-5474
E-mail: AD0003@pref.iwate.jp

※申込はこちらでもできます。



岩手県 脳卒中予防

検索

岩手県脳卒中予防県民会議とは・・・

脳卒中死亡率全国ワーストからの脱却と健康寿命の延伸を図るため、平成26年度に「岩手県脳卒中予防県民会議」を設立。令和7年3月末時点で約730団体・企業等に参画いただき、地域や企業等において減塩、運動等の生活習慣の改善や脳卒中予防に関する啓発等の取組に参加・協力をいただいています。

しかしながら、岩手県の脳卒中死亡率は、全国と比べて高い状況が続いており、今後、さらに、関係機関・団体、企業等が一体となって“オールいわて”で脳卒中予防に関する取組を展開する必要があります。県民会議では、こうした取組の趣旨に御賛同いただける団体・企業等の皆様を募集しています。



県民会議参加申込・
詳しい情報は
こちらから

参加者募集

※参加は無料です。

健康に感謝し楽しく歩こう



もっと歩こう! 健康いわて21

2025 いわて健康チャリティー ウォーク

10.5日

午前10時スタート
午前8時30分受付開始
〈小雨決行〉
荒天の場合
10月25日(土)に延期

集合場所

盛岡城跡公園 中央広場

(受付の看板を設置しています)

お土産がもらえる!



提供:白石食品工業(株)・JA全農いわて
みちのくココ・コーラボトリング(株)
※数に限りがあります

- 受付時に参加者のご連絡先を記入していただけます。
- 体調の悪い方は、参加をお断りする場合がございます。
- 駐車場がございませんので、会場までは公共交通機関をご使用いただきお越しく下さい。

※荒天の場合は10月25日(土)に延期して実施します。
(実施の有無は10月5日、午前7時ころ、IBCラジオで放送します。)

- コース/盛岡城跡公園中央広場を発着点に、途中3カ所のチェックポイントがあります。
- 参加資格/どなたでも参加できます。6~9キロくらい歩ける方。
- 参加申し込み/①右の二次元コードからお申し込みください。
(※必要事項をご記入ください)
当日の受付がスムーズになりお勧めです。
②当日受付も可能です。
※提供いただいた個人情報、緊急の場合の連絡手段以外には使用いたしません。
- 受付開始/午前8時30分(午前9時25分までに受付を終了して下さい。)
- 開会式/午前9時30分、スタート:午前10時
午後1時までにはゴールして下さい。おみやげをさしあげます。
- スタート地点に赤い羽根募金箱を用意します。参加者から寄せられた募金は共同募金会に寄託され地域の福祉活動のために役立てていただきます。



第11回 協会けんぽ健康川柳コンクール 優秀作品展示

●主催/岩手県、盛岡市、岩手日報社 ●協賛/㈱ユニバース ●協力/JA全農いわて、IBC岩手放送、みちのくココ・コーラボトリング(株)、白石食品工業(株)、協会けんぽ岩手支部、海と日本プロジェクトin岩手 ●後援/岩手県教育委員会、盛岡市教育委員会、岩手県社会福祉協議会、岩手県共同募金会、岩手県小学校長会、岩手県中学校長会、岩手県レクリエーション協会、岩手県保険者協議会、盛岡市スポーツ推進委員協議会、IBC岩手放送、テレビ岩手、めんこいテレビ、岩手朝日テレビ、エフエム岩手、協会けんぽ岩手支部 ●事務局/岩手日報社広告部「2025いわて健康ウォーク」係(盛岡市内丸3-7 ☎019-653-4118)



盛岡の川巡りコース(約8.0キロ)

※川が増水して歩く事ができない場合は.....のコースを歩きます。



ユニバースは「2025いわて健康ウォーク」を応援しています!

鮮度の良い商品を、価値ある安さと豊富な品揃えで提供しています。



本部/青森県八戸市長苗代字前田83-1 TEL 0178-21-1888 https://www.universe.co.jp

岩手県内19店舗のご案内

- 盛岡南店/鉈屋町店/中野店/青山店/サントウ松園店/盛岡みたけ店/矢巾店/花巻桜木店/北上花園店/水沢日高店/紫波店/西根店/久慈SC店/久慈・川崎町店/種市店/二戸堀野店/二戸荷渡店/軽米店/ファル磯崎店

県内の脳卒中予防啓発や健康増進につながるイベント等一覧

別添 3

【健康まつり・フェスタ等】

No.	実施主体	概 要			
		開催日	名称	会場	内容
1	盛岡市	R7.10.1(水)	もりおかココカラダフェスタ2025	イオンモール盛岡	健康づくりに関する講演会、展示、測定（AGEsセンサによる体内の最終糖化産物測定、ベジメータ [®] による野菜摂取状況測定）
2	盛岡市	R7.10.4(土)	健康フェスタ（玉山地域）	道の駅もりおか渋民	ウォーキング 野菜摂取量測定
3	久慈市	R7.11.8(土)	令和7年度塩かげんもあまちゃん♪減塩フェスタin久慈	元気の泉	減塩に関する講演、活動発表、体験コーナー（減塩弁当・惣菜の販売、健康・栄養相談、減塩みそ汁試飲、野菜摂取量測定）
4	遠野市	R7.10.26(日)	食育まつり	夢産直かみごう	野菜摂取量測定、咀嚼力チェック、ヘモグロビン測定、災害備蓄品展示（県栄養士会「栄養の日」同時開催）
5	釜石市	R7.11.24(月)	釜石市健康づくりの集い	釜石市民ホールTETTO	医師によるミニレクチャー、歯周病チェック、骨密度測定、ストレスチェック、個別栄養、歯科・お薬相談、血管年齢測定、ベジチェック [®] 、体組成測定等
6	二戸市	R7.10.19(日)	にのへ健康フェスティバル	カシオペアメッセ・なにやーと	各種測定（血圧・血管年齢・野菜摂取量測定など）、健康相談、体操、講話
7	二戸市	R7.11.9(日)	二戸二戸（にここ）減塩フェスタ in 二戸	二戸市シビックセンター	生活習慣病に関する講演や健康チェックコーナー（血圧測定、健康相談、ベジメータ [®] 、フードコーナー等）
8	雫石町	R7.10.18(土)	しずくいし健幸フェスタ2025	雫石町営体育館内	各種測定（血圧、血管年齢、骨密度、野菜摂取量、体組成測定等）、クイズ、展示等
9	葛巻町	R7.10.11(土)、12(日)	第42回葛巻町福祉と健康の集い	複合庁舎くずま〜る	各種測定会（血圧、ベジメータ [®] 、歩行年齢、姿勢等）、福祉用具展示、普及啓発等
10	西和賀町	R7.10.19(日)	西和賀農業まつり	JAいわて花巻湯田・沢内支店内	出張健康相談会（健康相談、フットケア、野菜摂取量測定）
11	西和賀町	R7.11.5(日)	西和賀町福祉まつり	湯田農業者トレーニングセンター	野菜摂取量測定
12	住田町	R7.10.26(日)	住田町文化・産業まつり「健康づくりコーナー」	住田町役場交流プラザ	各種測定会（骨密度測定、野菜摂取量測定、InBody測定）、健康相談、栄養相談、食生活改善推進協議会による野菜たっぷり料理の試食等
13	一戸町	R7.11.22(土)	健康フェア	一戸町コミュニティセンター	各種測定、減塩・歯科等体験コーナー 等
14	奥州薬剤師会	R7.10.19(土)	奥州薬剤師会健康祭り	いわて生協コープアテルイ店	各種測定、相談、パンフレット配布
15	奥州市・奥州薬剤師会	R7.11.1(土)	令和7年度達者の里「いさわ健康フェスティバル」	奥州市健康増進プラザ悠悠館	各種測定（血管年齢等）、運動コーナー、食改善コーナー、まごころ病院ブース内でお薬相談コーナーを設置し実施する展示等
16	岩手県予防医学協会	R7.10.4(土)	GOGO! アーリーフェスタ（創立55周年記念感謝祭）	岩手県予防医学協会 Big Waffle	健康に関するイベント（検査の裏側ツアー）等
17	岩手医科大学	R7.11.3(月・祝)	健康フェスタ	矢巾町活動交流センター	講演会、トークショー
18	岩手県栄養士会	10月中	健康まつり	県内17市町村	盛岡市、雫石町、平泉町、西和賀町、奥州市、花巻市、一関市、遠野市、北上市、大船渡市、宮古市、住田町、釜石市、二戸市、普代村、久慈市、九戸村のイベントに併合し、栄養相談、野菜摂取量測定、減塩クイズ、展示等、食事の大切や健康づくりの普及啓発をサポート

【ウォーキング・からだづくり等】

No.	実施主体	概 要			
		開催日	名称	会場	内容
1	盛岡市	R7.10. 1(水)/R7.10.24(金) R7.10.29(水)/R7.11.14(金)	いつでも！どこでも！お手軽ウォーキング	イオンモール盛岡など	ウォーキング(正しい歩き方を学ぶ)
2	盛岡市	R7.10.16(木)/R7.10.23(木) R7.10.30(木)/R7.11.6(木) R7.11.13(木)/R7.11.20(木)	ゆるフィット運動クラス	盛岡市保健所	コンディショニング
3	盛岡市	R7.10.15(水)/R7.11.26(水)	まめす倶楽部 コンディショニング教室	好摩地区コミュニティセンター	コンディショニング
4	久慈市	R7.10.15(水)	けんこうワークショップ	久慈市中町イベント広場	ウォーキング教室
5	久慈市	R7.10.17(金)/R7.10.30(木)	未来の自分を守る！今からできるカラダづくり教室	元気の泉など	減塩のコツを取り入れた調理実習、ウォーキング講座
6	遠野市	R7.10.3(金)	健幸ウォーキングin遠野ふるさと村	遠野ふるさと村	ウォーキング、スタンプラリー、減塩みそ汁の試飲、認知症劇、QOL健診等
7	一関市	R7.10.1(水)/R7.10.22(水) R7.10.28(火)/R7.11.5(水) R7.11.18(火)	軽体操普及推進事業	ニコニコドームなど	健康運動指導士による運動実技
8	雫石町	R7.10.4(土)	雫石さんぽ（鶯宿編）	雫石町鶯宿地内	ウォーキング(約3km)
9	西和賀町	R7.10.上旬	健幸大学日日学部	西和賀町川尻	ウォーキング(約2km)
10	大槌町	R7.11.15(土)	さわやか町内ウォーキング	大槌町内	地域をウォーキングし、日常生活における歩行数の増加を目指す。
11	田野畑村	毎週火曜日	貯筋運動教室・男性の貯筋運動教室	田野畑村保健センター	貯筋運動、セラバンド運動、軽体操、レク 等
12	田野畑村	毎週月曜日	一般運動教室	田野畑村保健センター	トレーニングマシンやエアロバイクによる運動

【講演会等】

No.	実施主体	概 要			
		開催日	名称	会場	内容
1	遠野市	R7.11.9(日)	第19回市民健康講座	あえりあ遠野交流ホール	講演「ヒアリングフレイルについて（仮）」
2	一関市	R7.10.22(水)	医師講演会	花夢パル	医師による健康講演会「地域で育てる健康長寿」
3	一関市	R7.11.1(土)	医師講演会	一関市川崎市民センター	医師による健康講演会「血管を守るう～糖尿病予防～」
4	岩手県予防医学協会	R7.11.20(木)	ココロカラダヨロコブ講座	岩手県予防医学協会 Big Waffle	脳卒中の原因となる高血圧のことを正しく知り、高血圧改善のポイントを学ぶ。

【各種健康づくり事業】

No.	実施主体	概 要			
		開催日	名称	会場	内容
1	盛岡市	令和8年2月まで通年	ヘルサボラボ健康づくり出前講座	各事業所等	事業所等の従業員の健康増進を目的とした健康づくり講座
2	盛岡市	通年	盛岡市禁煙治療費補助金		禁煙治療に要した自己負担額の2分の1を補助
3	盛岡市	R7.10.6(月)	減塩キャンペーン	肴町アーケード内	減塩に関するパネル、サンプル展示、リーフレット配布等
4	宮古市	R7.10.2(木)/R7.10.9(木) R7.10.24(金)/R7.10.28(火) R7.10.31(金)	健康相談	宮古保健センター及び地区公民館・集会所等	・血圧測定、健康相談 ・健康教育（脳卒中予防）
5	宮古市	毎月28日（いわて減塩・適塩の日）及び脳卒中月間（10月）	減塩・適塩普及啓発事業	保健センター他	普及啓発用のぼり旗の設置、市内公共施設及び産地直売施設へポスター掲示、減塩適塩BOOKを作成し、減塩適塩料理普及を実施
6	宮古市	R7.10.1(水)/R7.10.8(水)	健診結果説明会での減塩・適塩サポート事業事後指導	保健センター等	推定塩分摂取量測定の結果の説明をし、高血圧予防の食生活につながるよう支援
7	大船渡市	R7.10.8(水)	健康づくり座談会	大船渡市総合福祉センター大会議室	各種測定（血圧、骨密度）、骨粗しょう症予防に関する講話、グループワーク、運動実技
8	大船渡市	R7.10.11(土)～12(日)	見える化で野菜摂取量70gアップ促進事業	おおふなぼーと	野菜摂取量測定
9	久慈市	R7.10.8(水)	けんこうワークショップ	久慈市元気の泉	減塩料理教室
10	一関市	R7.10.1(水)/R7.10.2(木) R7.10.3(金)/R7.10.5(日)	見える化で野菜摂取量70gアップ促進事業「野菜摂取状況測定会」	一関市役所花泉支所など	ベジメータ®による野菜摂取量測定、食生活改善推進員や栄養士から結果説明・アドバイス、野菜料理の試食など
11	一関市	R7.10.28(火)	いちのせきまちの保健室	イオンスーパーセンター一関店	保健師等による健康相談、血圧測定など
12	八幡平市	R7.12.8(月)	健康づくり応援事業	八幡平市役所大ホール	健康・栄養相談、健康チェック（ベジメータ®、血圧測定、体組成計）
13	奥州市	R7.10.20(月)/R7.10.28(火)	イオンスタイル江刺健康イベント/イオン前沢店健康イベント	イオンスタイル江刺/イオン前沢店	高血圧予防に関する健康相談 各種測定（血圧、体組成計等） 地域の健康課題についての媒体を掲示
14	奥州市	R7.11.14(金)	フレイル予防教室「お達人プラス」	南股地区センター	オーラルフレイル予防講話、口腔機能向上体操、低栄養予防講話及び試食
15	中部保健所	R7.10.5(日) R7.10.19(日) R7.11.8(土) R7.11.16(日)	健康づくりキャンペーン	湯田農業者トレーニングセンターなど	普及啓発物品配布、のぼり旗掲揚 等
16	奥州保健所	毎月28日（R7.4月、12月、3月除く）	いわて減塩・適塩の日促進事業	奥州保健所管内スーパーマーケット8店舗	こころの健康づくり、減塩、野菜摂取量増加を促すパンフレット配架
17	一関保健所	R7.10.3(金)	健康づくりキャンペーン（※平泉町「健康チェック教室」に併催）	平泉町学習交流施設エビカ	食生活改善や減塩やたばこの健康影響等のリーフレット等の配布や、ポスター掲示等による普及啓発
18	大船渡保健所	R7.10.4(土)	健康づくり応援キャンペーン	陸前高田市コミュニティホール	体組成測定 ベジメータ®測定

【各種健康づくり事業（続き）】

No.	実施主体	概 要			
		開催日	名称	会場	内容
19	奥州薬剤師会・奥州市	通年	奥州市禁煙応援事業「チャレンジThe禁煙」	禁煙希望者が 選択する薬局	禁煙希望者が受入れ可能薬局から選択し、禁煙補助剤などを使用して個別指導を行い、3か月後のアンケートにより禁煙を継続しているものを達成とする。加熱式タバコも対象とする。禁煙補助剤の一部を助成。
20	岩手県立大学	R7.11.8(土)	糖尿病等生活習慣病予防健康相談	岩手県立大学 アイーナキャンパス	健康相談
21	日本赤十字社 岩手県支部	R7.10.25(土),10.26(日)	赤十字健康生活支援講習支援員養成講習	日本赤十字社 岩手県支部	高齢期の健康と安全、自立した生活を続けるための地域における支援活動
22	岩手医科大学	R7.11.3(月・祝)	脳卒中サロンin矢巾	矢巾町活動交流センター	脳卒中経験者による談話会