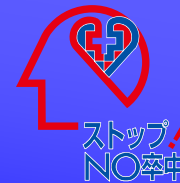


# 脳卒中の後でも 元気に生活を送りましょう！



## ■脳卒中克服十か条

① 生活習慣

自己管理 防ぐあなたの 脳卒中

② 学ぶ

知る学ぶ 再発防ぐ 道しるべ

③ 服薬

やめないで あなたを守る その薬

④ かかりつけ医

迷ったら すぐに相談 かかりつけ

⑤ 肺炎

侮るな 肺炎あなたの 命取り

⑥ リハビリ

リハビリの コツはコツコツ 根気よく

⑦ 社会参加

社会との 絆忘れず 外に出て

⑧ 後遺症

支えあい 克服しよう 後遺症

⑨ 社会福祉制度

一人じゃない 福祉制度の 活用を

⑩ 再発時対応

再発か？ 迷わずすぐに 救急車