

ワールド・ハート・デー 2015 神戸

「いきいき健康長寿」の集い

～食と運動～

11月7日(土)
10:30～16:00

参加者
募集中
参加無料

主催：NPO法人アジア太平洋心臓病学会
共催：神戸市、兵庫医療大学社会学連携推進機構



KOBE
UNESCO City of Design



開催場所：ポートアイランド 兵庫医療大学 P棟

受付場所：兵庫医療大学 P棟1階入口

受付時間：10:00～13:20

健康イベント 10:30～13:20

● 健康チェック・栄養相談コーナー

● 心肺蘇生法体験

● やさしい足ヨガ教室

市民講座 13:30～16:00

● 「いきいき健康長寿」～食と運動～



特別協賛:シスメックス株式会社



協賛：川崎重工業株式会社、アスピオファーマ株式会社、株式会社阪神調剤薬局、ファイザー株式会社、日本イーライリリー株式会社
後援：兵庫県、世界心臓連合、兵庫県医師会、神戸市医師会、神戸市薬剤師会、神戸商工会議所、神戸新聞社、NHK神戸放送局、サンテレビジョン
協力：株式会社メディシーズ、ヨガスタジオたかはし

10:30~13:20 イベント会場：P棟1階玄関ホール

健康イベント

● 健康チェック・栄養相談コーナー

- ・心臓年齢(心臓年齢判定ソフトでチェック) ・血管健康度(血管のしなやかさ測定)
- ・小型心電図(手のひらで測定する心電図) ・認知機能(認知機能のバランス測定)
- ・骨健康度(骨波形測定からアドバイス) ・体組成計InBody測定(体調管理とメタボチェック)
- ・栄養相談(普段の塩分チェックをしてみましょう)

● 心肺蘇生法体験(神戸市水上消防署、救急車出動予定)

● やさしい足ヨガ教室(ヨガスタジオたかはし)

動きやすい服装で
ご参加下さい

13:30~16:00 市民講座会場：P棟2階オクタホール

市民講座「いきいき健康長寿」～食と運動～

定員：400名

開会の辞 松森 昭(NPO法人アジア太平洋心臓病学会理事長)

(総合司会) 末廣 謙(兵庫医療大学副学長)、島田 俊夫(静岡県立総合病院部長)

はじめに 馬場 明道(兵庫医療大学学長)

● 講演 1 脳卒中をふせぐ、食事と運動

藤堂 謙一(神戸市立医療センター・中央市民病院・神経内科医長)

● 講演 2 無塩無糖の食事を17年

中尾 正一郎(シーピーシー治験病院・循環器内科)

～休憩(10分)～

● 講演 3 高血圧管理と循環器病予防のための食塩制限:そのポイントとコツ

河野 雄平(帝京大学福岡医療技術学部 医療技術学科長/教授(内科学))

● 講演 4 日々の身近な健康づくりー正しい入浴法についてー

常見 幸(兵庫医療大学共通教育センター講師)

閉会の辞 三木 孝(神戸市保健福祉局長)

いつまでも
健康であるために

お申し込み方法 お申込期間：9月1日(火)～10月30日(金)

◎参加ご希望の方は、右記①、②の希望項目(参加、不参加)を、③～⑧の必要事項をご記入のうえ、ハガキ、FAX、またはWEBでお申込み下さい。

①ハガキ

〒606-0805 京都市左京区下鴨森本町15
NPO法人アジア太平洋心臓病学会事務局神戸係

②FAX

075-744-0007

③WEB

<http://world-heart-day.jp>

◎希望される方には、昼食のお弁当(600円)を準備いたしますので、お申し込みの際、ご希望数⑧をご記入ください。

- ① 健康イベント(参加、不参加)
- ② 市民講座(参加、不参加)
- ③ 代表者氏名
(フリガナ、年齢、性別)
- ④ 郵便番号・住所
- ⑤ 電話番号
- ⑥ Eメールアドレス
- ⑦ 同伴者氏名(3名まで)
(フリガナ、年齢、性別)
- ⑧ お弁当の希望数