

# 心臓いきいき

## 市民公開講座



Hiroshima Heart Health Promotion Project  
広島県心臓いきいき推進事業

申込不要

入場無料

先着260名

『みんなで考えよう！

心臓とのうまい付き合い方』

令和8年1月31日（土）

14:00～16:00 （受付13:30～）

会場：東広島市市民文化センター  
3階 アザレアホール



<講演>

『心臓といっしょに生きる

ーいきいきの秘訣は“息と循環のリズム”ー』

木阪病院 医師 木阪 智彦 先生

『心臓いきいき、人生いきいきー自宅での過ごし方ー』

あいず訪問看護ステーション 看護師 西原 壘 先生

少し休憩 沖縄民謡

～沖縄音楽に合わせて一緒にチムドンドンしましょう～



『正しい運動療法を知り自己管理をしよう！

ー自分らしく生活を送るためにー』

東広島医療センター 理学療法士 西 隆也

『心不全の食事療法』 東広島医療センター 栄養管理室長 高山 伸之

『心不全とくすり』 東広島医療センター 薬剤師 大土井 祐介

あいさつ：東広島医療センター 循環器内科部長 小野 裕二郎

主催：東広島医療センター

共催：心臓いきいき推進事業

後援：東広島地区医師会

広島中央地域保健対策協議会

協力：広島県

東広島市

【お問い合わせ】東広島医療センター地域医療連携室

TEL：082-493-6487

