

# 運動と食事で心臓病予防

10日に豊橋でハートの日イベント

## ハート健診や西川氏ら講演

第9回ハートの日イベントは、同実行委員会、日本心臓財団共催、豊橋赤十字センター後援で、10日午前8時から午後3時半まで、ホテル日航豊橋ホールで開かれる。

今年には、運動と食事で心臓病を予防しよう！をテーマに、盛り沢山のイベントが展開される。人気のハート健診(11時まで)は、肥満度測定や体脂肪率、血圧測定、血液検査、心電図検査などがある。

午後からの講演会



西川右近氏



外山淳治氏



岡嶋研二氏

は、第1部が西川右近氏の「日本舞踊で健康運動」。第2部は外山淳治氏・前愛知県病院事業庁長の「生きること

は働くこと」。第3部は岡嶋研二名市大大学院教授の「心臓、髪の毛、そして肌の良い食習慣」が。

他には午前中に専門医による心臓病相談室、歯科医師の歯周病相談室、縁理栄養士の食事・栄養相談室、救急隊の蘇生法講習会(AEDの使い方)なども。

また、関係書籍の展示、即売やビデオ上映、健康食品の展示、即売もある。健診含め入場は無料。

(星野のりこ)