

健康ハートの日2024@茨城 ハートはともだち  
～ほめてあげよう、自分のハート～

# 体験型市民公開講座

参加費  
無料

2024年8月10日(土)  
10:30～15:00 (10:00開場)



©高橋陽一/集英社

対象：一般向け (10:30-11:45)

講演1 『心臓と健康～まず自分を知ろう～』

講師：小川孝二郎 (筑波大学附属病院 循環器内科)

講演2 『減塩のお話』

講師：鈴木紗菜 (病態栄養部 管理栄養士)

講演3 『日本人は座りすぎ? : スマートエクササイズのおすすめ』

講師：小崎恵生 (筑波大学体育系スポーツ医学)

対象：一般向け (12:00-15:00)

- ・血圧測定                      ・AED操作                      ・リハビリ体操
- ・各種相談会(医師相談/看護相談/栄養士による食事相談/就労・福祉制度等)

※各相談は10:00から受付を開始し、先着順に番号札をお配りいたします。定員となり次第、締め切りとなります。

対象：小学5・6年生向け(13:00-15:00) 定員40名(定員となり次第締切)

- ・小児科 野崎医師による心臓のお話    ・血圧測定    ・血流音確認
- ・心電図モニター装着    ・血中酸素濃度測定
- ・医師看護師ユニフォームの試着体験
- ・感染対策 個人用防護具の試着体験    ・医療現場の映像上映 など



事前申込制

下記QRコードより  
お申込みください



【会場】 筑波大学附属病院 桐の葉モール2階 講堂  
(ローソン横の階段もしくは、エレベーターより2階にお越してください)  
お車でお越しの方は附属病院 外来駐車場をご利用ください。  
駐車券と引き換えに無料券をお渡しいたしますので、  
**駐車券を必ずお持ちください。**

【連絡先】 筑波大学附属病院 脳心センター事務局 ☎029-853-3696

