

ふくしま健康ハート& ブレイン フォーラム 2025



～あなたの心臓と血管を守るために、学んで・体験して・実践しよう!～

専門家の講演や、実際に体験できる運動・心血管健康度チェック・
減塩コーナーを通して、心血管病予防の理解を深め、
日常生活で活かせるヒントが得られる1日です!

日時 令和7年**12月21日(日)** 13:00～16:00 (開場12:30)

会場 福島県立医科大学 駅前キャンパス (福島市栄町10-6)

対象 一般県民、医療・福祉関係者、学生、食・健康に関心のある方

参加費 無料(事前申込不要) ※当日会場ではマスクをご持参、ご着用ください。

- 主催 公立大学法人福島県立医科大学附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター
 - 協力 オムロン株式会社、フクダ電子株式会社
 - 後援 福島県、福島市、二本松市、福島県医師会、日本循環器協会、日本脳卒中協会福島県支部、福島県栄養士会、福島県国民健康保険団体連合会、福島市医師会、伊達医師会、安達医師会、全国健康保険協会福島支部
- ※本講演は、厚生労働省2025年「脳卒中・心臓病等総合支援センターモデル事業」により開催します。



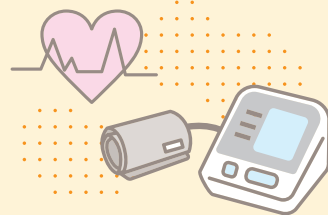
開会挨拶(13:00～13:10) 竹石 恭知(福島県立医科大学 医学部 循環器内科学講座 主任教授)

第1部 学んで知る「知彼知己、百戦不殆—心血管病を知ろう」(13:10～14:40)

- 冠動脈疾患 講師:中里 和彦(福島県立医科大学 医学部 循環器内科学講座 教授)
- 心不全 講師:三阪 智史(同講座 講師) ■心房細動 講師:金城 貴士(同講座 准教授)

第2部 体験して実感「行動で守る心臓と血管の健康」(14:40～15:10)

- 「心血管病予防を目指す簡単エクササイズ」
講師:佐藤聡見(福島県立医科大学 保健科学部 理学療法学科 講師)
- 血圧・心電図・血管年齢の簡易測定
・血圧測定—血圧が高くありませんか?
・携帯型心電図—不整脈?あなたの心臓のリズムをチェックしよう
・血管硬度測定—動脈の硬さであなたの血管年齢を測ってみましょう
- 減塩食材・食品のご紹介



第3部 行動を変える「生活習慣を見直そう」(15:10～15:40)

- 「生活習慣を見直して心血管病を予防しよう」
講師:石田 隆史(福島県立医科大学 医学部 循環器内科学講座 教授)

閉会挨拶 — 脳卒中・心臓病等総合支援センターの紹介をかねて(15:40～15:55)

藤井 正純(福島県立医科大学 医学部 脳神経外科学講座 主任教授)
福島県立医科大学附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター センター長)

プログラム