

2019年10月19日(土) 13:00~14:20

公益財団法人 心臓血管研究所 & 国立研究開発法人 国立循環器病研究センター

於：六本木アカデミーヒルズ (六本木駅前 / 六本木ヒルズ49階)

「心臓」を知る・守る」市民公開セミナー

「心臓」を知る・守る」市民公開セミナー

事前
申込制

(先着順、参加無料)



2019年10月19日(土)

13:00 ~ 14:20 (受付開始12:30~)



六本木アカデミーヒルズ
六本木ヒルズ(六本木駅前)49階



公益財団法人 心臓血管研究所と国立研究開発法人 国立循環器病研究センター (大阪府吹田市) は
今般、医療連携・情報提供などに関する包括的連携協定を結びました。この協定締結と、心臓血管研究所の
財団設立60周年を記念して、次のとおり「市民公開セミナー」を開催いたします。

「命のポンプ」である心臓を守ることは、心臓病だけでなく、脳血管疾患や日常の高血圧・脂質異常症・
糖尿病などのリスクからも自分を守ることに繋がります。

心臓や心臓病の知識、健康の維持や生活習慣の改善などにご関心をお持ちの方はぜひご参加下さい。

「心臓」を知る・守る」セミナー プログラム

プログラム

心臓を守り、生活習慣病を防ぐ暮らし方

1



心臓病・脳血管疾患や高血圧・糖尿病・脂質異常症等の生活習慣病は、
ライフスタイルの改善で予防できたり、重症化を防ぐことができます。
国立循環器病研究センターの研究による科学的な「暮らし方の改善方法」
をお知らせします。



国立研究開発法人
国立循環器病研究センター

宮本 恵宏 部長

●国立循環器病研究センター 理事長特任補佐(オープンイノベーションセンター担当)
予防健診部長、ゲノム医療支援部長、
循環器病統合情報センター長、バイオバンク副バンク長

専門…循環器、内分泌、代謝、肥満、予防医学

循環器病とそのリスク因子に関する臨床研究、疫学研究、遺伝子研究とともに、
生活習慣の改善や循環器病予防の啓発に関する活動を実施

プログラム

心臓からのサインを知り、効果的に心臓を守る方法

2



心臓を守るためには、健康診断や検診をしっかり受けて、早期に対策を
講じていくことが重要です。例えば、心電図に異常がある場合、
緊急を要することもあれば、治療の必要がないこともあります。
気になる症状や治療についての知識や情報をお知らせします。



公益財団法人
心臓血管研究所

山下 武志 所長

●公益財団法人 心臓血管研究所長
専門…循環器内科(不整脈、薬理、心電図、等)

心疾患の臨床治療を行うとともに、多数の著書などで医師・医療機関を指導。
長期の統計分析によるリスクや治療効果等に関する研究成果を学会等で多数発表。
「世界一受けたい授業」等のTV出演による心臓病の啓発活動も実施。



ナトリウムは体内の水分や血圧のコントロールなどを行う極めて重要な栄養素ですが、過剰に摂取すると胃炎や癌、骨の脆弱化や関節症、尿路結石等の
リスクを高めます。セミナー会場では国立循環器病研究センターが進めている減塩や美味しい減塩食メニュー等に関する小冊子と、企業と共同で広めて
いる減塩食品「かろしお®」の試供品(若干)をご提供いたします(多数用意しますが、予定数量を超えた場合はご容赦ください)。

