参加無料
申込不要

令和8年度
岡山県循環器病リハビリテーション啓発事業

第２回県民公開講座

学んで体験！心臓を守る生活のヒント

治療・お薬・運動・栄養・心リハを
県北みんなで楽しく学ぶ2時間

2026 12.19 土

時間　13:00〜15:00（12時開場）

会場　グリーンヒルズ津山
リージョンセンター ペンタホール

定員　350名　先着順
定員に達し次第入場を終了します















6テーマの講演
医師と専門スタッフから心臓を守るヒントを学ぶ

無料体験
血圧・心電図／血管・AGEs／心リハ運動／筋力・フレイル

コラボ企画
美作大学×津山中央病院 栄養管理部
ベジチェック／楽しく学ぶ減塩・食育コーナー

お問合せ　津山中央病院 企画管理グループ　0868-21-8111（代表）　受付時間 平日10時〜17時

主催：岡山心臓リハビリテーション研究会

共催：岡山大学病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター／津山中央病院／芳野病院

企画・運営協力：岡山県北部心不全療養指導ネットワーク（NOHF-net）／美作大学

展示協力：オムロン ヘルスケア株式会社／サラヤ株式会社／カゴメ株式会社／フクダ電子株式会社　ほか

後援（順不同）：岡山県／津山市／真庭市／美作市／鏡野町／美咲町／勝央町／奈義町／久米南町／西粟倉村／美作大学
公益社団法人 岡山県医師会／一般社団法人 岡山県病院協会／一般社団法人 津山市医師会／一般社団法人 岡山県薬剤師会／
公益社団法人 岡山県看護協会／一般社団法人 岡山県理学療法士会／一般社団法人 岡山県作業療法士会／公益社団法人 岡山県栄養士会／
社会福祉法人 津山市社会福祉協議会／社会福祉法人 岡山県社会福祉協議会／公益財団法人 岡山県健康づくり財団／
津山市愛育委員連合会／津山市栄養改善協議会／津山朝日新聞社／山陽新聞社

Lecture

講演

1. 心不全ってどんな病気？悪くなる前に知っておきたいサインと治療
   津山中央病院循環器内科　医師　藤本 竜平 先生
2. 手術が必要になるのはどんなとき？心臓低侵襲手術でできること
   津山中央病院心臓血管外科　医師　徳永 宣之 先生
3. その薬、何のため？心臓を守る薬と症状を楽にする薬
   津山中央病院　薬剤師　菱川 友真 先生
4. その息切れ年齢のせいにしていませんか？
   津山中央病院　看護師　岡本 涼子 先生
5. 今日からできる運動と身体の使い方
   津山中央病院 理学療法士 渡邊 千洋 先生・ 作業療法士 川島 成生 先生
6. 知って得する！明日からの栄養習慣～元気な毎日を続けるためのヒント
   津山中央病院　管理栄養士　宗安 智美 先生

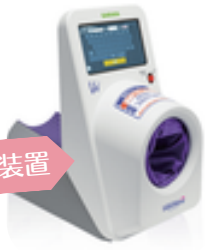
Experience

無料体験

○家庭血圧・心電図体験
○血管・食生活チェック
○心リハ運動体験
○筋力・フレイルチェック
○服薬・心不全セルフケア

注：人数・時間の都合により受付を終了する場合があります
測定結果は診断を目的とするものではありません


心電図付き上腕式血圧計


脈波測定装置


エルゴメータ

Collaboration

コラボ企画

大学生と病院管理栄養士が一緒に食生活を見直すきっかけをお届けします!

美作大学 × 一般財団法人 津山慈風会 津山中央病院 栄養管理部

県北の食卓から心臓を守る 減塩・食育体験

- ベジチェック体験　…　野菜摂取の状態をチェックして、食生活改善のヒントを発見
- 楽しく学ぶ減塩・食育コーナー　…　減塩ベジ活～食べるチカラを鍛えよう～



ベジチェック®