

健康ハートの日



JAPAN HEART DAY

2026@島根

～見て・知って・守ろう！ わたしのハート～

ゆめタウン出雲 太陽の広場

6月28日 日 10:00～16:00 入場無料

心臓病啓発アンバサダー
三杉 淳



心臓の健康、気にしたことはありますか？
心不全は気づかないうちに進行します。
だからこそ「まだ大丈夫」の今から予防が大切です。
体験や展示、予防講座を通して、楽しく学びながら
未来の健康を守りましょう！



©高橋陽一

ワークショップ

わくわくお薬屋さん体験
つくってきいて心臓のおと

親子で楽しめる！



すごいぞ心臓

心臓の仕組みや役割を
お医者さんがわかりやすく解説！



伊藤 新平 先生
循環器内科医師
(伊藤医院 院長)



心肺蘇生法実演

目指せハートのレスキュー隊

心不全予防講座

心不全ってなに？
ハートのためにみんなで運動しよう！



田邊 淳也 先生
循環器内科医師
(島根大学医学部附属病院)



平野 瑛士 先生
理学療法士・心不全療養指導士
(島根大学医学部附属病院)

神楽もあるよ！

島根県指定無形民俗文化財
槻屋神楽保持者会 (雲南市)



共催：島根県脳卒中・心臓病等総合支援センター、島根県
後援：伊藤医院、島根県心不全地域連携ネットワーク

※画像はイメージです。都合により一部内容や時間を変更する場合がございます。

ステーションイベント



10:30~

すごいぞ**心臓**

11:00~

心不全予防講座

11:30~

神楽「茅」輪

13:00~

すごいぞ**心臓**

13:30~

心不全予防講座

14:00~

目指せ**ハート**のレスキュー隊

14:30~

神楽「八戸（八岐大蛇退治）」



ワークショップ

① 10:30~

② 11:00~

③ 11:30~

④ 13:00~

⑤ 13:30~

⑥ 14:00~

⑦ 14:30~

⑧ 15:00~

わくわくお薬屋さん体験

お菓子を一つ一つお薬屋さん（薬剤師）がどんな仕事をしているのか体験してみよう!



つくってきいて**心臓**のおと

100均などで買えるものをつかって聴診器をつかって心臓の音を聞いてみよう!

注1) 各体験の所要時間は約30分、定員は各回4組となります。受付にてご希望の時間（①～⑧）の整理券をお受け取りください。10時より先着順で配布します。
 注2) どちらの体験でもハサミを使用します。小学3年生以下のお子様は保護者の方同伴でご参加ください。
 注3) 「わくわくお薬屋さん体験」ではお菓子を不使用します。アレルギーのあるお子様はご注意ください。

展示ブース

心臓の構造展示

血圧測定コーナー

栄養指導展示



白衣で記念撮影コーナー



AED展示



お問合せ：健康ハートの日2026@島根 実行委員会

✉ kenkoheart.shimane@gmail.com