

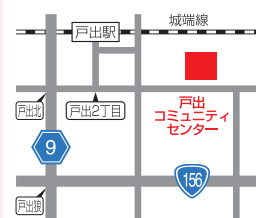
心臓病を予防しよう!

高岡ハートフェスタ2023

8.10
ハートの日

8/13日 10:00~16:00

会場 高岡市戸出コミュニティセンター
(高岡市戸出町 2-13-4)



参加
無料

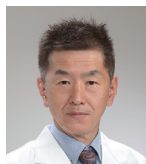
健康セミナー 13:00~14:20

事前申し込み必要

心臓のお話

13:00~13:40

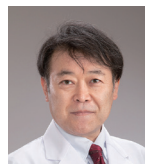
高岡みなみハートセンター
理事長 平瀬 裕章



ロコモのお話

13:40~14:20

高岡みなみハートセンター
整形外科医 野上 重治



健康・福祉相談 14:30~15:30

高岡みなみハートセンターの医療スタッフ(医師、看護師、理学療法士、社会福祉士等)がお答えします。お気軽にご相談ください。



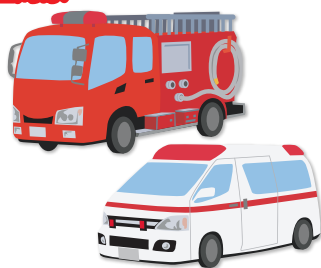
ロコモとは ロコモティブシンドローム(以下ロコモ)は、2007年に日本整形外科学会が提唱した概念で、年齢を重ねることによって筋力が低下したり、関節や脊椎などの病気を発症したりすることで運動器の機能が低下し、立ったり、歩いたりといった移動機能が低下した状態を指します。ロコモはできるだけ早い段階で発見し、適切なリハビリテーションや治療を行うことが“健康寿命”の延伸につながると考えられています。

きみもキッズドクターになろう & 救急車・消防車に乗ってみよう!

事前申し込み必要※小中学生対象 10:00~12:30



術衣に着替えて
心臓カテーテル手術に挑戦!



AED・胸骨圧迫体験、
水消火器体験、
救急車・消防車見学

健康・身体機能チェック

12:00~13:00、14:30~16:00



健康チェック

血圧、酸素濃度、血管年齢、骨密度などを測定

身体機能チェック

ロコモ度チェック、ロコモ体操



お申し込みお問い合わせは 富山新聞文化センター 高岡本部 ☎(0766)26-7000

受付時間 月曜~土曜 9:30~18:30

〒933-0057 高岡市広小路1-15

office@toyama.bunkacenter.or.jp

富山新聞文化センター

検索

詳細は
コチラ



キリトリ線 ✂

申込書	1.健康セミナー		2.キッズドクター&救急車・消防車体験		※いずれかに丸印を	
	ふりがな	-----	住所	男		女
	名前	-----		歳		
電話番号	()		(小学 中学	年生)		