



# 心臓と向き合う 100年ライフ もしものとき、どうする？

参加無料！  
当日参加  
OK！

脳・心臓から生活習慣まで、未来の自分を守るヒント



脈が乱れたら  
脳卒中の前兆？

演者：坂本悠記先生  
(日本医科大学 脳神経内科)



胸が痛くなったら  
どうする？

演者：山本剛先生  
(日本医科大学 心臓血管集中  
治療科)



息切れを感じたら  
それは心不全かも

演者：加藤祐子先生  
(心臓血管研究所附属病院  
循環器内科)

「食べる力で心臓を守る！」

佐々木佳奈恵先生 (武蔵野赤十字病院 管理栄養士)

「動いて、元気な心臓へ！」

安達裕一先生 (榊原記念病院 理学療法士)

オープニング 磯部光章先生 (榊原記念病院)

司会：中山敦子先生 座長：浅井邦也先生 (日本医科大学 循環器内科)

(榊原記念病院)

足利貴志先生 (武蔵野赤十字病院 循環器内科)

日時：2025年8月10日(日) 13時半受付開始 14時開始-15時40分終了

場所：都庁 都民ホール

参加申込フォーム

JR「新宿駅」西口より徒歩10分  
都営大江戸線「都庁前駅」A3出口より徒歩1分

主催：東京都 脳卒中・心臓病等総合支援センター  
共催：日本心臓財団 後援：日本循環器学会、東京都医師会  
お問い合わせ 事務局 kebata@shi.heart.or.jp

