

あなたらしく生きるために。健幸のヒントと出会える一日。

WELLBEING

2026 HEART DAY

ハートの日

27日

入場無料
予約不要

日時 2026.8.11(火)祝 9:00~12:30

場所 アイプラザ豊橋 〒441-8141 愛知県豊橋市草間町字東山143-6
※駐車場の台数に限りがありますので、公共交通機関の利用にご協力ください。

医療体験

医療や体のこと
見て触れて学ぼう!

※イベント詳細は裏面をご確認ください。

○主催：ハートの日実行委員会 ○協賛：日本心臓財団 ○後援：豊橋市

公式LINE アカウント
友達追加でプレゼント!!

数量限定!なくなり次第終了です。

お問合せ

ハートの日実行委員会
090-2575-5797
平日9:00~16:00(土・日・祝日除く)

最新情報



公式LINE



予約不要
入場無料!

ハートの日

27th HEART DAY
2026.8.11.TUE

医療体験

9:00~12:30

※内容は一部変更となる場合がございます。

カテーテル治療の 世界を体験してみよう!

～脳と心臓の血管治療ってどうなってるの?～

医療と介護を止めない! 最新の防災対策

～『命のインフラ』を守るポータブル電源～

医療現場でいのちを支える機械たち

～医療機器のヒミツをのぞいてみよう～

心臓を助けるカギは「筋肉」!

～InBodyで全身の筋肉量を測って健康寿命を伸ばそう～

看護を知るならまず注射

～打つ側の気持ちを体験しよう～

命をつなぐ心肺蘇生

～胸骨圧迫やAEDを体験してみよう～

外科医を知るならまず縫合

～手先の器用さ試してみよう～

血圧測ろうぜ!

～心臓の平和を数字で守ろう～

医療を知るならまず高齢者体験

～身体的変化・心理的变化を感じてみよう～

検査で防ぐ心不全

～心臓からのサインを見逃さないで～

野菜づくりは、フィットネス。

～畑には健康寿命を延ばす
ヒントがある。～

- 野菜の種まき体験
- 出汁の飲み比べ体験
- 野菜の摂取量測定
- 夏野菜の試食

あなたも“免疫腸活”を 体験しませんか

～簡易測定であなたのカラダの今を見て見ませんか?～

東三河ヤクルト販売株式会社

講演会

10:00~12:30

カラダを動かそう!

～「ネオホッケー」にチャレンジ～

フットケアブース

～一生歩ける体の土台「足を育もう」～

※会場:多目的室1.2.3

- ミニ講座「足梗塞って知っている?」
豊橋ハートセンター 循環器内科医師 平野敬典
①9:15～②10:45～(各回30分程度)
- ABI(足の血流・血管年齢)測定
- フットプリント
- 足育ゲーム

10:00 “ベストコンディション”で 生きるために

～元アスリートが伝える、
最高の自分を引き出す習慣～

鈴木 啓太 AuB株式会社
代表取締役

元サッカー
日本代表

10:30 「びょうき天気予報」

いつまでもこころとからだに「お天気」でいられるために

伊藤 裕 慶應義塾大学 予防医療センター特任教授
慶應義塾大学 名誉教授

11:15 老化を測定して、治療する

早野 元詞 東京理科大学 研究推進機構総合研究院
老化分子生物学寄附研究部門
准教授 博士(生命科学)

12:00 トークセッション&質疑応答

豊橋ハートセンター鈴木孝彦院長が
講師陣と講演の枠を超えて議論します。

演奏会

9:30~9:55

MUSICA FIORE 音楽会

～音楽でウェルビーイングなひと時を～

ヴァイオリン | フルート | ピアノ
白川慧 | 伊藤悦子 | 大竹伶奈

むじかふいおーれピアノ教室