

8月10日は健康ハートの日

循環器病セミナー「退院後も安心して暮らすための心臓リハビリテーション～運動・食事・生活のコツ～」と本庁舎のライトアップなどの啓発活動を行います

8月10日は、日本心臓財団が提唱している「健康ハートの日」です。

川崎市では、啓発のため、循環器病に関するセミナーを行うとともに、ハートの色である「赤」に本庁舎のライトアップを行います。暑い夏の一日に、毎日休みなく働いている心臓を思いやり、健康について考える「こころとからだの休日」を過ごしませんか。

循環器病セミナー「退院後も安心して暮らすための心臓リハビリテーション～運動・食事・生活のコツ～」

【開催日】令和8年8月2日（日）10時～11時

【開催場所】川崎市役所本庁舎 2階ホール

【募集人員】100名

【申込方法】右記二次元コードを読み取り、市ホームページからお申し込みください。

【募集期間】令和8年6月19日（金）～7月24日（金）

※定員超過となり御参加いただけない場合のみ、7月27日（月）以降メールにて御連絡いたします。

【講師】聖マリアンナ医科大学病院循環器内科 ^{かいはらとしき} 貝原俊樹准教授 ほか

【主な内容】心臓リハビリテーション*1等について医師、看護師、理学療法士、管理栄養士が、それぞれの専門的な立場から分かりやすくお話をします。

*1 心臓リハビリテーションとは、心臓病の患者さんが、体力を回復し自信を取り戻し、快適な家庭生活や社会生活に復帰するとともに、再発や再入院を防ぐことを目指して行う総合的なプログラムです。



昨年度の様子

お申し込みはこちらから



ライトアップの内容

【概要】各地のモニュメントや建造物を、ハートの色である「赤」にライトアップします。

【実施場所】川崎市役所本庁舎（川崎市川崎区宮本町1番地）

【日時】令和8年8月10日（月）

日没（18時36分頃）から22時00分まで

※全国の実施状況については、健康ハートの日のホームページを御覧ください。<https://www.kenko810.com/>



昨年度の様子

川崎市の取組

川崎市では、循環器病対策として、講演会などの開催を通じた啓発に取り組んでいるほか、コンビニエンスストアにAED（自動体外式除細動器）を設置し、休日・夜間問わず緊急時の救命活動ができる地域づくりに取り組んでいます。

令和8年に入り、コンビニエンスストアに設置されたAEDが救命活動時に利用されています。引き続き、市民の皆様の御協力をお願いいたします。

問合せ先

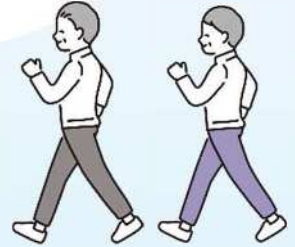
川崎市健康福祉局保健医療政策部地域医療課 藤井

電話：044-200-2420（内線 34601）



退院後も安心して暮らすための 心臓リハビリテーション

～運動・食事・生活のコツ～



日時

2026年8月2日(日)
10:00～11:00

会場

川崎市役所本庁舎2階ホール
JR川崎駅から約600m
京急川崎駅中央口から約400m

講師

聖マリアンナ医科大学病院
貝原俊樹 先生ほか

定員

100名

参加費

無料



講演内容

これからの人生を笑顔で過ごすための「心臓リハ」について医師、理学療法士、看護師、管理栄養士がお話します

- ・安全で効果的な「キツくない」運動のコツ
- ・心臓も筋肉も元気に保つ食事のコツ
- ・あなたの体調をどうやって医師に伝える？セルフチェックのコツ
- ・心臓病と上手に付き合い「健康寿命」を伸ばすコツ



かわさき

TEKTEK

歩いて貯めたポイントで、子ども達の学校生活を応援するウォーキングアプリです。

当日二次元コードを読み取ると30Pプレゼント！

お申込みはこちら

7/24(金)
締切

二次元コードから
お申し込みください



※二次元コードの利用が難しい方は以下にお電話ください。
(受付時間:土日祝日除く、8:30～17:15)

※定員超過によりご参加いただけない場合のみ、7月27日(月)以降にご連絡を差し上げます。

お問い合わせ:健康福祉局地域医療課 **044-200-2426**

主催:聖マリアンナ医科大学病院

共催:川崎市

