



豊橋ハートセンターと考える ～ 健幸になるために

心も体も健やかに、幸せに生きるヒントを学びませんか？

人生100年時代！病気になりにくい毎日を送るためには、心と体の両方が健康であることが大切です。
豊橋ハートセンターが進める「健康テーマパーク構想」の視点から、楽しく・わかりやすく“ウェルビーイング”な暮らしを学ぶ 全4回 のセミナーです。

第1回 | 6月11日 (水)

第1部 楽しく健康になれば、毎日がもっと幸せに！
そんな思いを実現する“健康テーマパーク”という新しいカタチです。

第2部 健康づくりに大切な“農作業”と“無農薬・自然栽培な食生活”をおすすめします。
オーガニックな野菜の魅力や、野菜作りが心と体の健康に良い理由を、“ハートケア”や“ハートファーム”での実践例を交えてご紹介します。

健幸になるために①

～ウェルビーイングって何？

竹内 宏和 氏
豊橋ハートセンター
健康テーマパーク推進事業部長



大田 信也 氏
株式会社ソトエ
「ハートケア&ファーム」管理者



第2回 | 9月10日 (水)

毎日の習慣が心臓を守る！
心筋梗塞とヒートショックの最新対策を伝授します。

健幸になるために②

～心臓を救う！冠動脈を守るためのヒント

寺島 充康 先生
豊橋ハートセンター
副院長
循環器内科



第3回 | 11月12日 (水)

足は第2の心臓と言われています。
足の不調は血管が原因だったりします。
知っておきたい足からの健康。

健幸になるために③

～血管と足の重要な関係

平野 敬典 先生
豊橋ハートセンター
循環器内科部長



第4回 | 2026年 2月18日 (水)

人間の体の中を走る血管に何かあると！？
「脳卒中」とは？
発病しないように正しい知識を覚え、健幸な人生を送ろう！

健幸になるために④

～血管の病気を知ろう～脳卒中

酒井 秀樹 先生
豊橋ハートセンター
副院長
脳神経外科 脳卒中センター長



受講料
無料

会 場：豊橋市中部生涯学習センター（中消防署6F）

講習時間：13：30～15：00

対 象：どなたでも

定 員：50名

募 集：6月4日（水）まで

お申込みは当センター窓口・お電話・QRコードにて承ります。

豊橋市中部生涯学習センター

豊橋市東松山町23番地 TEL 0532-53-0638

