

8月10日は「健康ハートの日」です！

休みなく働いている心臓を思いやり、健康について考えませんか？

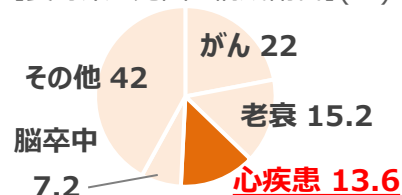
8月10日は語呂合わせで810(ハート)と読めることから、日本心臓財団は、この日を「健康ハートの日」と提唱しています。長野県民の死因の上位を占める心疾患、その予防方法や発症時の対応等、自分と大切な人の健康を見つめ直しませんか。

◆ 心疾患で多くの方が亡くなられています

心疾患は長野県民の死因の第3位で、年間4,000人が亡くなられています。

近年は社会の高齢化に伴い、心不全が急増しています。

【長野県の死因の構成割合】(%)



(令和6年厚生労働省人口動態統計より)

◆ 健康ハートの日にあわせた啓発活動を行います！

▶ 松本城、長野県庁広告塔をシンボルカラーの赤色にライトアップ

日時：令和8年8月10日(月曜日) (松本城) 18時30分～21時(予定)

(長野県庁広告塔) 18時～20時(予定)

信州大学医学部附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センターと共催で実施します。

※気象状況等により、予告なしにライトアップを中止または中断する場合があります。

▶ イオンモール松本での街頭啓発

日時：令和8年8月8日(土曜日) 10時～14時(予定) 場所：晴庭2階 無印良品前

心臓病等のクイズやベジチェック(推定野菜摂取量測定機器)による測定会を行います。

▶ 啓発ポスター・リーフレットの掲示

県立長野図書館3階信州・学び創造ラボ(8月4日～12日)、松本駅東西自由通路(8月3日～12日)、県庁内で掲示します。

◆ 関連ページ

◎心疾患の初期症状や発症時の対応：<https://www.pref.nagano.lg.jp/shippei-kansen/kenko/kenko/jyunkankibyoo/kenko810.html>

◎健康づくり県民運動「信州ACE(エース)プロジェクト」：<https://ace.nagano.jp>

健康ハートの日とは

心臓病・脳卒中等の循環器疾患の増加は国民の健康を脅かし、「心臓」だけでなく、ストレスの増加等「心」の健康問題も軽視できません。このような背景から、日本心臓財団は8月10日を健康ハートの日と提唱し、全国各地でイベントや講演会が開催されています。

健康ハートの日に関すること

(問合せ先)

担当 健康福祉部疾病・感染症対策課
宮尾、宮下

電話 026-235-7141(直通)
026-232-0111(代表) 内線 2636

FAX 026-235-7170

E-mail shippei-kansen@pref.nagano.lg.jp

信州ACE(エース)プロジェクトに関すること

(問合せ先)

担当 健康福祉部健康増進課
下原、岩下

電話 026-235-7112(直通)
026-232-0111(代表) 内線 2650

FAX 026-235-7170

E-mail kenko-zoshin@pref.nagano.lg.jp