第 14 回ハートの日 in 豊橋

メインテーマ　～がんにかからない食事～

＜開催日時＞　平成 25 年 8 月 10 日（土）
健康診断　8：30～12：00
ハート講演　13：00～
＜開催場所＞　ロワジールホテル豊橋ホリディホール
＜参加人数＞　健康診断　944 名
ハート講演会　1100 名

＜当日の様子＞

本年のハートの日は、土曜日ということもあり、多くのお客様にご来場いただき、盛況に終了できました。

例年、ハートの日ということで心臓疾患を中心にプログラムしてまいりましたが、**本年は、日本の死亡原因第一位である「がん」をトピックとして取り上げ、特に食事の重要性について議論することにしました。**

結果、非常に多くの来場者があった背景には、がんの治療施設が少ない東三河地区の医療に対して、市民の意識が高いことを示唆する結果と考えられます。

今後、**ハートの日では、心臓分野にとらわれず、積極的に医療、健康に関する講演プログラムを取り入れてまいりたいと考えております。**

本会の内容の基本構造は例年と変わりありませんが、今回は**ミニレクチャーを新規に追加しました。**内容は、管理栄養士、歯科医師、野菜農家、健康食講師など、多岐にわたる講師を招聘し、30 分づつ講演を行いました。100 席が満席になるほど盛況に行うことができました。

その他としては、地元東三河のプロバスケットホールチームのブースを設置、チームをより知っていただく、また

ふれあう機会を設けました。ご年配からお年寄りまで、楽しんでふれあっていただきました。

午前中の恒例であります、救急蘇生講習会では、豊橋、田原、新城の救急隊の先生に講師役を務めていただき、熱心に講習会を実施していただきました。3 時間という短時間でありながら、参加人数は 120 名を越え、参加した方々は一生懸命講習を受けていただいておりました。

さて、本会のメインであります講演会では、崇城大学 DDS 研究所の前田浩特任教授に野菜に含まれるファイトケミカルの抗がん作用、いかにその成分を食事で摂取するかという内容で、難しくなくわかりやすい内容で明日からできる食事方法をお話いただきました。

もう一つの講演は、東京の銀座東京クリニックの福田一典先生にお話いただきました。福田先生は、東洋医学や漢方、がんの代替医療を専門にしていらっしゃる先生で、がんに対する食事療法、特に、グルコースを摂取しないことががん予防、がん再発に有用であるという内容でした。

座談会では、豊橋ハートセンターの鈴木孝彦先生、松原徹夫先生、ゲスト司会者として地元東海ラジオの番組パーソナリティーの蟹江篤子さんにご参加いただき、楽しく、そしてわかりやすい「がんの食事」について討論を行いました。

参加していただいた参加者の皆様は席を離れることなく、メモを取りながら非常に熱心に耳を傾けておりました。

来年も、今年以上にご参加いただけるような内容で、一般市民の方々に医療に対する意識向上、そして最新の情報を発信してまいりたいと考えております。

文責：ハートの日実行委員会　鈴木康義