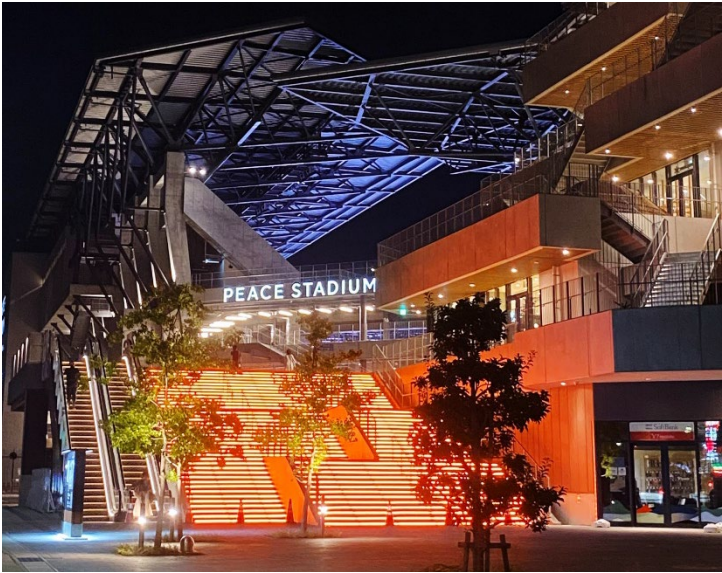


2026 年 7 月 30 日

報道機関 各位

8 月 10 日は心臓の健康を考える「健康ハートの日」 長崎県内のランドマークを“赤く”ライトアップ

8 月 10 日は、「健康ハートの日」です。この日を中心に、心臓病予防への意識向上を目的として、全国の名所がハートを象徴する「赤色」にライトアップされます。長崎県内でも、下記のランドマークにおいてライトアップが実施される予定です。また今年は、みらい長崎ココウォークとのコラボ企画として、健康ハートの日啓発活動の一環で血圧測定会を開催します。



(昨年度の様子) 長崎スタジアムシティ大階段（浦上川沿い）ライトアップ

【ライトアップスケジュール】

長崎市	みらい長崎ココウォーク観覧車	8 月 6 日（木）～8 月 12 日（水） 18:45～22:00
	稲佐山電波塔	8 月 7 日（金）～8 月 12 日（水）（8 月 9 日を除く） 日没～22:00
	長崎スタジアムシティ大階段 （浦上川沿い）	8 月 7 日（金）～8 月 12 日（水）（8 月 9 日を除く） 日没～22:00
	眼鏡橋および袋橋	8 月 10 日（月）～8 月 12 日（水） 日没～22:00
	女神大橋	8 月 10 日（月） 日没～22:00
佐世保市	針尾無線塔	8 月 10 日（月）～8 月 14 日（金） 19:00～21:00
	ハウステンボスドムトールン	8 月 31 日（月） 21:00～22:00

【ココウォークコラボ企画】

◆買い物ついでに健康チェック！健康ハートの日に合わせて血压測定会を開催

日時：2026年8月8日（土）11:00～15:00

場所：みらい長崎ココウォーク 3F ハーズハー横ブリッジ

参加費：無料

【脳卒中・心臓病等総合支援センター 池田 聡司センター長のコメント】

8月10日の『健康ハートの日』は、心臓病予防の大切さを広く知っていただくための日です。長崎県では今年も多く施設の協力のもと、心臓のシンボルカラーである赤色のライトアップを実施します。赤く灯る景色を通じて、ご自身やご家族の健康について考えるきっかけになれば幸いです。

心臓の健康を守るために、まず取り組んでいただきたいのが血压管理です。高血圧は自覚症状が少なものの、心筋梗塞や心不全などの心臓病の大きな危険因子となります。だからこそ、日頃から血压を測り、記録し、その変化を見直すことが大切です。

今年の健康ハートの日を機に、『測って、書いて、見直して。』を合言葉に、ぜひ血压測定を習慣にしたいと思っています。毎日休むことなく働き続ける心臓をいたわり、未来の健康を守る第一歩につなげていただければ幸いです。

【関連情報】



▶長崎大学病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター

<https://www.mh.nagasaki-u.ac.jp/nou-shin/>



▶健康ハートの日

<https://www.kenko810.com/>

【本リリースに関するお問い合わせ先】

長崎大学病院 総務課（広報・評価・国際）

TEL：095-819-7790 MAIL：mhweb@ml.nagasaki-u.ac.jp