

山陽学園大学看護学部と連携し 高齢者の健康チェックを実施します

山陽学園大学看護学部の教員・学生と連携し、高齢者等の健康意識の向上・健康寿命の延伸を目指す目的で、公民館や中区役所庁舎等で健康チェックを行います。このチェックでは骨密度・下肢筋力・認知機能・血管年齢・肌年齢など、普段なかなか調べる機会のない項目を測定します。

1 概要

【地域高齢者測定(中区在住の65歳以上を対象)】

- ・期 日 9月25日(水)～ ※詳細は別紙
- ・場 所 中区内の公民館等7カ所で順次実施
- ・内 容 公民館等の地域拠点において、高齢者の健康状態を測定・分析し、後日学生が個別に測定結果を説明します。また、食事面のアドバイスや筋力アップの運動を紹介します。参加には申し込みが必要です。

【一般測定(年齢・居住区不問)】

- ・日 時 9月30日(月)、11月1日(金)、11月13日(水)、12月11日(水)、
令和7年1月29日(水)、2月28日(金)の6日間
※時間は各日9時30分～15時30分
- ・場 所 中区役所2階多目的ホール
- ・内 容 中区役所多目的ホールで、来庁者の健康状態を測定します。申し込みは不要です。

2 その他

本事業は、平成28年度に包括連携協定を締結した山陽学園大学と協働で、「中区まちづくり独自企画事業」として、平成30年度から毎年度実施しているものです。詳細は別紙にてご確認ください。

【問い合わせ先】

中区総務・地域振興課 牧野・那須

直通086-901-1602 内線71-216



健康チェック



(岡山市中区まちづくり独自企画事業)

山陽学園大学看護学部の先生と学生がみなさんの健康状態を測定します。事前申込不要で、年齢や居住地は問いませんので、ぜひご参加ください！

参加
無料

骨密度・下肢筋力・認知機能・
血管年齢・肌年齢・体重体組成
など

申込
不要

▼ 開催日 令和6年9月30日(月)
11月1日(金)
11月13日(水)
12月11日(水)
令和7年1月29日(水)
2月28日(金)



▼ 時間 9:30~15:30
▼ 場所 中区役所 2階 多目的ホール



【お問い合わせ先】 中区役所 総務・地域振興課 区まちづくり推進室 ☎086-901-1602

令和5年度事業の様子



操山公民館



旭東コミュニティハウス



福祉交流プラザ旭東



東公民館



岡山ふれあいセンター



高島公民館



富山公民館

今年度も山陽学園大学
看護学部3年生が各会
場でお待ちしています。
ぜひ、ご応募ください！

岡山市中区役所・山陽学園大学共催（岡山市中区まちづくり独自企画事業）

健康チェック

参加
無料

山陽学園大学看護学部の教員と学生が、みなさんの健康状態を測定します！

主な測定内容

● **認知機能**
機器等を使って、
認知機能を調べます。

● **体内水分量**
体中の水分量を測定し、
脱水症でないかを調べます。

● **骨密度**
骨密度を測定し、
骨密度低下の可能性が
ないかを調べます。

● **血管年齢**
動脈壁の弾力性から
血管の老化度を調べます。

● **運動能力**
握力や足の筋力の測定
などから、運動機能が
ついて調べます。

● **肌年齢**
肌の年齢を調べます。

対 象

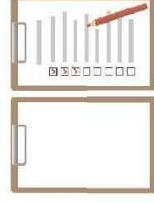
中区在住の65歳以上で、測定日と結果説明日の両方に参加できる方

チェックの流れ

①測定を受ける



②学生が個人のカルテを作成



③結果説明



会場・日時

場所	測定日	結果説明日	申込締切日 (必着)
操山公民館	① 10:30～12:30	① 10:30～12:30 ② 13:30～15:30	9月9日(月)
	② 13:30～15:30		
福祉交流プラザ旭東	9月25日(水)	10月4日(金)	9月9日(月)
	9月26日(木)	10月30日(水)	
旭東コミュニティハウス	10月23日(水)	10月30日(水)	10月7日(月)
	10月24日(木)	10月31日(木)	令和6年
東公民館	11月7日(木)	11月15日(金)	10月21日(月)
	11月8日(金)		
岡山ふれあいセンター	12月3日(火)	12月13日(金)	11月18日(月)
	12月4日(水)		
高島公民館	1月22日(水)	1月31日(金)	1月6日(月)
	1月23日(木)		令和7年
富山公民館	2月18日(火)	2月27日(木)	2月3日(月)
	2月20日(木)		

【例】11月7日(木) 測定の場合、11月15日(金)の午前
11月8日(金) 測定の場合、11月15日(金)の午後に結果説明を行います。

定員

各回とも10名程度(抽選)

申込締切日後、抽選結果の通知を申込者全員に郵送します。もし測定日の3日前になっても通知が届かない場合はお問い合わせください。

申込方法

- 電話、Eメールの場合
参加希望回、住所、氏名(フリガナ)、電話番号、年齢、性別を各回の申込締切日までに下記申込先へご連絡ください。
- 郵送、FAX、直接持参の場合
本チラシ内の申込書にご記入のうえ、各回の申込締切日必着で下記申込先へご提出ください。

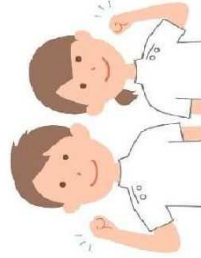
申込・問合せ先

岡山市中区役所 総務・地域振興課 区まちづくり推進室

〒703-8544 岡山市中区浜3-7-15

電話：086-901-1602 FAX：086-901-1604

Eメール：nakakusoumu@city.okayama.lg.jp



申込書

※切り取ってご提出ください。

住所	フリガナ	測定日		結果説明日	
		氏名	年齢	氏名	年齢
岡山市中区		10:30～12:30	10:30～12:30	10月4日(金)	10:30～12:30
電話番号		13:30～15:30	13:30～15:30	10月4日(金)	13:30～15:30
岡山市中区		10:30～12:30	10:30～12:30	10月30日(水)	10:30～12:30
電話番号		13:30～15:30	13:30～15:30	10月31日(木)	10:30～12:30
会場		10:30～12:30	10:30～12:30	11月15日(金)	10:30～12:30
		13:30～15:30	13:30～15:30	11月15日(金)	13:30～15:30
		10:30～12:30	10:30～12:30	12月13日(金)	10:30～12:30
		13:30～15:30	13:30～15:30	12月13日(金)	13:30～15:30
		10:30～12:30	10:30～12:30	1月31日(金)	10:30～12:30
		13:30～15:30	13:30～15:30	1月31日(金)	13:30～15:30
		10:30～12:30	10:30～12:30	2月27日(木)	10:30～12:30
		13:30～15:30	13:30～15:30	2月27日(木)	13:30～15:30

参加を希望する回に☑をしてください。(複数は不可)

2名分記入した場合は、
☐個人単位の申込(1名当選・1名落選となる場合があります)
☐グループの申込(2名とも当選もしくは落選となります)

※申込時および測定時の個人情報、本事業以外の目的で使用することはなく、主催者が責任をもって管理いたします。