

参加
無料

健康チェック



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

体の中の水分量を測定し、
脱水症でないかを調べます。



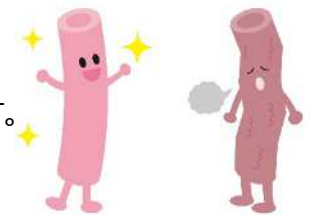
● 骨密度

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

握力や脚の筋力の測定
などから、運動機能に
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



《開催場所・日時等の詳細は裏面へ》

会場・日時

測定日、結果説明日は同一時刻へご参加ください。
(操山・東公民館は除く)

場所	測定日		結果説明日		申込締切日 (必着)
	①10:30~12:30 ②13:30~15:30		①10:30~12:30 ②13:30~15:30		
操山公民館		9月16日(水)		9月25日(金) 10:30~12:15	8月31日(月)
旭東コミュニティハウス	令和8年	10月14日(水)	令和8年	10月23日(金)	9月28日(月)
東公民館		11月5日(木)		11月12日(木) 13:30~15:30	10月19日(月)
操南公民館		12月2日(水)		12月9日(水)	11月16日(月)
高島公民館	令和9年	1月20日(水)	令和9年	1月29日(金)	1月4日(月)
富山公民館		2月9日(火)		2月16日(火)	1月25日(月)

※当日の受付は、測定・結果説明とも開始時刻15分前より行います。

定員

各回とも**10名程度**（富山公民館は定員16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。

参加時の注意点

- 体調がすぐれない場合や体温が37.5度以上の場合は、参加できない可能性があります。
- 駐車場には限りがございますので、車でのご来館はできるだけご遠慮ください。
- 測定日は、ストッキング・タイツの着用は避け、**すぐはだしになれる服装としてください。**
- 測定日は、血管年齢の測定値に影響が出るため、**爪にマニキュアを塗らないでください。**

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.jp



申込書

※切り取ってご提出ください。

住所	〒 - 岡山市中区	フリガナ		
		氏名		
電話番号		年齢	歳	男・女
住所	〒 - 岡山市中区	フリガナ		
		氏名		
電話番号		年齢	歳	男・女
2名分記入した場合は、 どちらかに☑をしてください。		<input type="checkbox"/> 個人単位の申込（1名当選・1名落選となることがあります） <input type="checkbox"/> グループの申込（2名とも当選もしくは落選となります）		

参加を希望する回に ☑ をしてください。（複数は不可）

会場		測定日	結果説明日
操山公民館	<input type="checkbox"/>	9月16日(水)	10:30~12:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30
旭東コミュニティハウス	<input type="checkbox"/>	10月14日(水)	10:30~12:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30
東公民館	<input type="checkbox"/>	11月5日(木)	10:30~12:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30
操南公民館	<input type="checkbox"/>	12月2日(水)	10:30~12:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30
高島公民館	<input type="checkbox"/>	1月20日(水)	10:30~12:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30
富山公民館	<input type="checkbox"/>	2月9日(火)	10:30~12:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30

※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なく、主催者が責任をもって管理いたします。

令和7年度事業の様子



認知機能



体内水分



骨密度



血管年齢



口コモ度



結果説明

※移動能力の低下の程度を表す指標

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！