

## 中区

中区役所公式 Instagram ▶ @okayama.nakaku.official



### 健康寿命を延ばすお手伝いを

山陽学園大学 児山ゆうなさんにインタビューしました！



山陽学園大学看護学部3年生  
こやま  
児山ゆうなさん

中区平井一丁目にある山陽学園大学に看護学部があることが縁で、看護学部の先生や学生と協働で、平成30年から健康チェックを行っています。今年も9月から健康チェック事業が始まるに当たり、協力いただく同大学の児山さんにお話を聞いてみました。

#### 健康チェックへの意気込みを教えてください

新型コロナウイルスの影響で外出する機会が減っている人もいます。そこで、この健康チェックを通して、地域の皆さんの現状を知り、運動機能の向上につながるお話ができればと思っています。

#### 将来どんなことをしたいですか？

患者さんに寄り添うことができるような看護師になりたいと思っています。また、医療資源が限られた地域で、看護を提供できるようなボランティア活動をしたいです。

#### 参加者へのメッセージをどうぞ！

加齢によって筋肉量は低下します。運動面や食事面を改善し、私たちと一緒に健康寿命を延ばしましょう！

## あなたも健康チェックしてみませんか？

(中区まちづくり独自企画事業)

骨密度・下肢筋力・認知症機能・血管年齢・肌年齢などが測定できます！  
普段なかなか測定することがない項目のため、毎年大変好評です。無料で測定できますので、ぜひご参加ください。

#### <中区の高齢者向け・申し込み必要>

- 対象 中区在住の65歳以上で、測定日と結果説明日の両方参加できる人
- 日時 下表の各日2回実施  
①10時30分～12時30分  
②13時30分～15時30分
- 定員 各回10人程度 (定員を超える場合は抽選)
- 申込 ☎・☏・☎・☎・☎☎で中区総務・地域振興課へ  
測定日の3週間前までに

場所	測定日	結果説明日
操山公民館	9月13日(水)または14日(木)	9月22日(金)
旭東コミュニティハウス	10月24日(火)	10月31日(火)
福祉交流プラザ旭東	10月25日(水)	11月1日(水)
東公民館	11月21日(火)または22日(水)	12月1日(金)
岡山ふれあいセンター	12月6日(水)または7日(木)	12月13日(水)
高島公民館	令和6年 1月30日(火)または31日(水)	令和6年 2月9日(金)
富山公民館	令和6年 2月28日(水)または29日(木)	令和6年 3月6日(水)

### ポイント対象 OKAYAMA ハレ活プロジェクト

健康ポイントをためよう!!  
健康チェックは「OKAYAMAハレ活プロジェクト」の対象です。  
詳細は10ページをご確認ください。

#### <一般向け・申し込み不要>

- 対象 居住区・年齢不問
- 日時 9月19日(火)、11月2日(木)、11月27日(月)、  
12月14日(木)、令和6年2月5日(月)、3月7日(木)の  
各日9時30分～15時30分  
※変更となる場合があります。
- 場所 中区役所2階多目的ホール



▲下肢筋力の測定中



詳細は  
HPから ▶



◆問い合わせ先  
中区総務・地域振興課  
☎086-901-1602  
FAX 086-901-1604



東区役所公式 Instagram ▶ @okayama\_city\_higashi\_ward



## 魅力ある西大寺を発信するために

西大寺観光協会会長 大森 後藤治さんへインタビューしました！



おおもり ごとうじ  
**大森 後藤治さん**  
(西大寺観光協会会長)

平成28年度から会長を務める。  
明治35年創業「大森自転車商會」店主

### 会長に就任された理由は何ですか？

就任した平成28年はちょうど映画などの撮影で「西大寺」の街並みが注目されていた頃でした。五福通りだけでなく、西大寺地域の活性化に尽力したいと思いました。単純に前会長に推薦されただけでも言いますが…笑

### 西大寺の魅力は何ですか？

西大寺といえば、西大寺会陽を思い浮かべると思いますが、歴史ある街並みが保存されている五福通りや、金田の漱石ロード、宇喜多家の史跡などの観光地が多く点在しています。そういった観光地を線でつなぐために、レンタサイクル事業の構想も。実現すれば、さらに魅力ある西大寺になるのではないかと、思います。✓



### 西大寺の魅力を発信する取り組みはありますか？

今年度から西大寺出身アーティストの「angela」さんアンジェラを「はだか祭りのまち 西大寺ふるさと大使」に任命させていただきました。「西大寺」をどんどん発信していただいて、活性化につなげていきたいと思っています。✓

### 今後の抱負を一言お願いします！

会陽が開催される2月だけでなく、常に観光に来られた人に楽しんでいただけるように、今後も頑張ります。

皆さん、ぜひ歴史ある街、西大寺へお越しください!!

◆問い合わせ先  
東区総務・地域振興課  
☎086-944-5038

