

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。



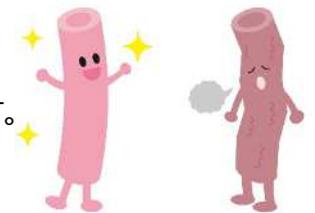
● 骨密度

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

場所	測定日		結果説明日		申込締切日 (必着)	
	・ 10:30~12:30 ・ 13:30~15:30		操山公民館 10:30~12:15 その他 13:30~15:30			
操山公民館		9月10日(水)		9月19日(金)	8月25日(月)	
福祉交流プラザ旭東	令和 7年	10月15日(水)	令和 7年	10月22日(水)	令和 7年	9月29日(月)
旭東コミュニティハウス		10月16日(木)		10月23日(木)		
東公民館		11月6日(木)		11月14日(金)		
岡山ふれあいセンター		12月5日(金)		12月12日(金)	11月17日(月)	
高島公民館	令和 8年	1月21日(水)	令和 8年	1月30日(金)	令和 8年	1月5日(月)
富山公民館		2月17日(火)		2月27日(金)		

※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（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.lg.jp



申込書

※切り取ってご提出ください。

住 所	〒 -	フリガナ		
	岡山市中区	氏 名		
電話番号		年 齢	歳	男 ・ 女
住 所	〒 -	フリガナ		
	岡山市中区	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）

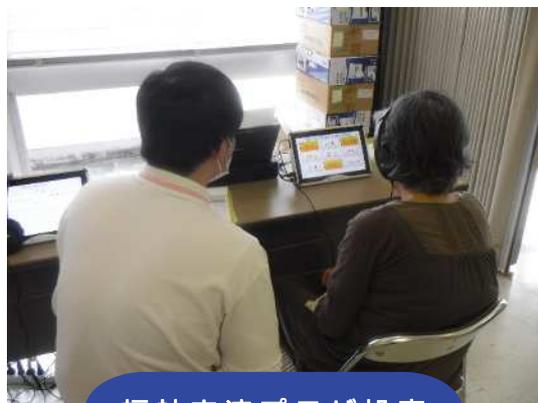
会場		測定日	結果説明日		
操山公民館	<input type="checkbox"/>	9月10日(水)	10:30~12:30	9月19日(金)	10:30~12:15
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30		
福祉交流プラザ旭東	<input type="checkbox"/>	10月15日(水)	10:30~12:30	10月22日(水)	13:30~15:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30		
旭東コミュニティハウス	<input type="checkbox"/>	10月16日(木)	10:30~12:30	10月23日(木)	13:30~15:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30		
東公民館	<input type="checkbox"/>	11月6日(木)	10:30~12:30	11月14日(金)	13:30~15:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30		
岡山ふれあいセンター	<input type="checkbox"/>	12月5日(金)	10:30~12:30	12月12日(金)	13:30~15:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30		
高島公民館	<input type="checkbox"/>	1月21日(水)	10:30~12:30	1月30日(金)	13:30~15:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30		
富山公民館	<input type="checkbox"/>	2月17日(火)	10:30~12:30	2月27日(金)	13:30~15:30
	<input type="checkbox"/>		13:30~15:30		

※申込時および測定時の個人情報は、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。

令和6年度事業の様子



操山公民館



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！