

令和7年9月3日

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)】

- ・日 時 9月10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 令和7年9月12日(金)、9月16日(火)、10月17日(金)、11月7日(金)
11月10日(月)、12月8日(月)、12月9日(火)、
令和8年1月23日(金)、1月26日(月)、2月20日(金)、2月24日(火)の11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】

中区役所総務・地域振興課 山下・岸 直通086-901-1602 内線71-216

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。



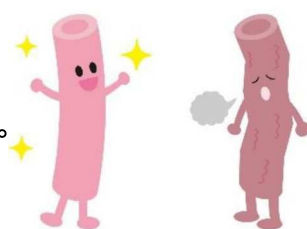
● 骨密度

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	令和 7 年	9月10日(水)	令和 7 年	9月19日(金)	令和 7 年	8月25日(月)
福祉交流プラザ旭東		10月15日(水)		10月22日(水)		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)		2月2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（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。

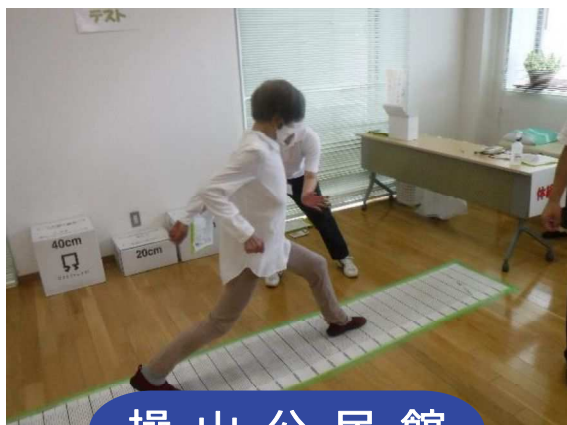
住 所	〒 —	フリガナ		
	岡山市中区	氏 名		
電話番号		年 齢	歳	男 ・ 女
住 所	〒 —	フリガナ		
	岡山市中区	氏 名		
電話番号		年 齢	歳	男 ・ 女
2名分記入した場合は、 どちらかに☑をしてください。		☐ 個人単位の申込（1名当選・1名落選となることがあります） ☐ グループの申込（2名とも当選もしくは落選となります）		

参加を希望する回に ☑ をしてください。（**複数は不可**）

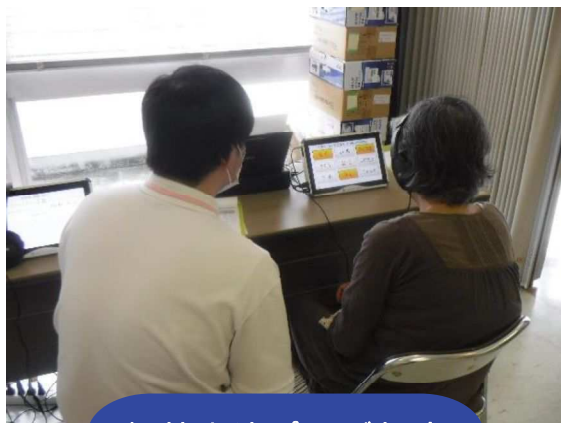
会場		測定日	結果説明日
操山公民館	☐	9月10日(水)	10:30～12:30
	☐		
福祉交流プラザ旭東	☐	10月15日(水)	10:30～12:30
	☐		
旭東コミュニティハウス	☐	10月16日(木)	10:30～12:30
	☐		
東公民館	☐	11月6日(木)	10:30～12:30
	☐		
岡山ふれあいセンター	☐	12月5日(金)	10:30～12:30
	☐		
高島公民館	☐	1月21日(水)	10:30～12:30
	☐		
富山公民館	☐	2月17日(火)	10:30～12:30
	☐		

※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のではなく、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！