



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・肌年齢など普段あまり調べる機会のない項目を測定します。

1 地域高齢者測定(中区在住65歳以上対象)

- ・日 時 9月16日(水)～ ※詳細は別紙
- ・場 所 中区管内の公民館等6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。

2 一般測定(年齢・居住区不問)

- ・日 時 令和8年9月15日(火)、10月16日(金)、10月19日(月)、11月6日(金)、
11月13日(金)、12月10日(木)、12月11日(金)
令和9年1月22日(金)、1月25日(月)、2月17日(水)、2月18日(木)
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。

3 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 岸・秋山 直通086-901-1602 内線71-217

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。



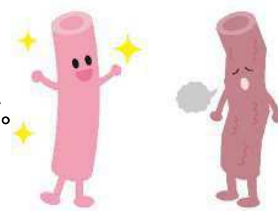
● 骨密度

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

握力や足の筋力の測定
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	〒	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16日(水)	10:30～12:30	9月25日(金)	10:30～12:15
	☐		13:30～15:30		
旭東コミュニティハウス	☐	10月14日(水)	10:30～12:30	10月23日(金)	10:30～12:30
	☐		13:30～15:30		13:30～15:30
東公民館	☐	11月5日(木)	10:30～12:30	11月12日(木)	13:30～15:30
	☐		13:30～15:30		
操南公民館	☐	12月2日(水)	10:30～12:30	12月9日(水)	10:30～12:30
	☐		13:30～15:30		13:30～15:30
高島公民館	☐	1月20日(水)	10:30～12:30	1月29日(金)	10:30～12:30
	☐		13:30～15:30		13:30～15:30
富山公民館	☐	2月9日(火)	10:30～12:30	2月16日(火)	10:30～12:30
	☐		13:30～15:30		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のではなく、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



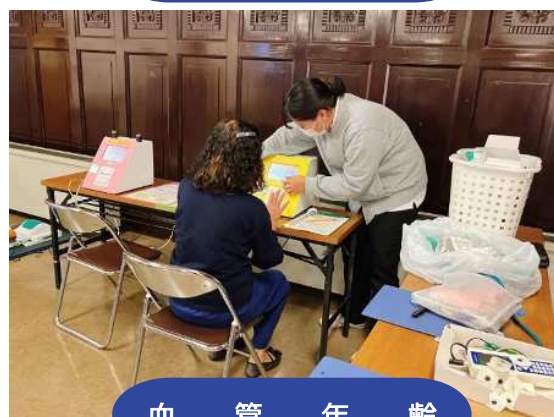
認知機能



体内水分



骨密度



血管年齢



歩行速度



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！



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 8年 9月15日 (火)	令和 9年 1月22日 (金)
10月16日 (金)	1月25日 (月)
10月19日 (月)	2月17日 (水)
11月 6日 (金)	2月18日 (木)
11月13日 (金)	
12月10日 (木)	
12月11日 (金)	



▼ 時 間 9 : 3 0 ~ 1 5 : 3 0

▼ 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