

神戸国際大学リハビリテーション学部

わたしの健康測定会

期間 9/21 (月) ~ 9/25 (金)

会場 神戸国際大学 6号館1階
[神戸市東灘区向洋町中9-1-6]



参加無料



あなたの「健康年齢」をチェックしてみませんか？

からだの組成



筋肉量や体脂肪などをチェックします。筋肉総合評価や筋肉の左右バランスをチェックします。

肺・呼吸



スパイロメーターを使い、空気を吸う能力や吐く能力といった呼吸機能を測定します。

歩行・バランス



歩く速さや片脚バランス保持の時間などを測定し、年齢に応じた歩行・バランス能力をチェックします。

血圧・血管



血圧脈波検査装置を使用し、血圧、容積脈波を測定します。血管の状態を知るための参考値がわかります。

骨密度



超音波骨密度測定装置を使い、かかとの骨で骨密度を簡易測定します。同年齢や若年者との比較ができます。

参加には事前予約が必要です

- ・以下のQRコードからのWeb予約にご協力ください。
- ・予約手続き後、自動返信されるメール内容をご確認ください。
- ・うまく予約できない場合は、問い合わせ先にご連絡ください。

【問い合わせ先】

●月曜日～金曜日：9:00～17:00（11:30～12:30、および祝日を除く）

神戸国際大学 地域交流センター・生涯教育センター

TEL：078-845-3621



★開始から終了まで90分程度を要します。★当日は裸足で測定する項目が多数あります。

★持ち物：運動ができる服装と室内用の運動靴、眼鏡（アンケート記入に必要な方）、お茶などの水分

- ・本測定会は、健康づくりへの関心を高めることを目的とした簡易測定です。医療機関における診察・診断・治療を目的とするものではありません。測定結果は参考値であり、疾病の有無を判定するものではありません。気になる結果や症状がある場合は、医療機関にご相談ください。
- ・今年度は後期授業期間中の開催のため、食堂利用は混雑する可能性があります。あらかじめご了承ください。