たるみず元気プロジェクト

令和4年度

・カラダの ・健康度を 専門の医師ら がチェック! 40 歳から始まる 年1 回の 健康チェック

Tarumizu city Health check catalog







年齢とともに

カラダの健康状態が気になりませんか?

お口やカラダ、脳など参加者自身の「健康さ」や「元気さ」をチェックする「健康チェック」 を、鹿児島大学の医師等の協力を得て、今年も開催いたします!会場では、様々な新型コロナ 対策を行った上で開催いたしますので、ぜひご参加ください。また参加者には、複数の参加特 典をご用意しております。みんなで楽しく、健康長寿を図っていきましょう!

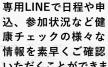
今年も大石教授が アドバイザーに就任!



大石 充 教授

- ●垂水市スーパーバイザー
- ●鹿児島大学
 - 心臓血管・高血圧内科 教授
- ●一般社団法人
- 鹿児島ハート倶楽部 代表理事
- ●株式会社MeRAS 代表取締役

灰だち追加





いただくことができます。ぜひご登録ください。

対象

日程

特典

40歳以上の垂水市民 (無料)

※検査には、10m歩行などの軽微な運動があります。

※新型コロナワクチン接種可能な方は、接種後の参加をお勧めいたします。

令和4年(全13回)

7月3日(日)~12月11日(日)

受付時間/8時15分~10時30分までの15分おき

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、日程を変更する場合 がございます。予めご了承ください。

特典1

健康チェック参加で 垂水市スタンプ会 健康ポイント 10pt = 商品券1,000円分

特典2

健康チェック参加で カラダにちょっと良いパン



特典3

健康チェック後の報告会参加で 健康ポイント **10**pt



健康チェック後の報告会参加で カンパチ・ブリ





チェック内容

チェックは全部で18種類!

【主なチェック内容】

①問診 ②採血(動脈硬化等) ③栄養調査 ②心電図

⑤口腔機能調査 **⑥**脳と体の健康度 (認知機能)



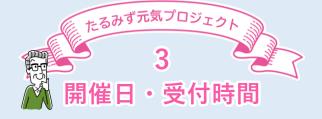
参加すると何がわかる?

自身の元気さ(健康度)が分かります!

- ①実年齢と比べて血管年齢はどうか
- ②心臓の状態はどうか
- ❸記憶力(認知機能)はどうか
- **④**筋力や歩く速さから、体の健康さはどうか
- ⑤お口の中の健康さはどうか 等



部門 所属 代表 1 医科 虎児島大学 大学院医歯学総合研究科 心臓血管・高血圧内科学 教授 大石 充 2 歯科 大学院医歯学総合研究科 顎顔面疾患制御学 教授 杉浦 剛 3 薬学 大学院医歯学総合研究科 薬物動態制御学 教授 武田 泰生 4 統計解析 疫学・予防医学 大学院医歯学総合研究科 変や・予防医学 教授 郡山 千馬 5 理学療法 基礎理学療法学講座 教授 牧迫 飛ぬ 6 作業療法 處児島大学医学部保健学科 基礎作業療法学講座 教授 牧迫 飛ぬ 6 作業療法 基礎作業療法学講座 教授 田平 隆行					
1 医科 大学院医歯学総合研究科 心臓血管・高血圧内科学 教授 大石 充 心臓血管・高血圧内科学 2 歯科 大学院医歯学総合研究科 類顔面疾患制御学 教授 杉浦 剛 類顔面疾患制御学 3 薬学 大学院医歯学総合研究科 薬物動態制御学 教授 武田 泰生 教授 郡山 千馬 投票・予防医学・予防医学・予防医学 5 理学療法 鹿児島大学医学部保健学科 基礎理学療法学講座 教授 牧迫 飛ぬ		部門	所属	ft	表
2 歯科 大学院医歯学総合研究科	1	医科	大学院医歯学総合研究科	教授 大	石 充
3 薬学 大学院医歯学総合研究科	2	歯科	大学院医歯学総合研究科	教授 杉	甫 剛
4 統計解析 大学院医歯学総合研究科 教授 郡山 千馬 疫学・予防医学	3	薬学	大学院医歯学総合研究科	教授 武	田 泰生
5 埋字療法 基礎理学療法学講座 教授 牧迫 飛風 6 作業療法 鹿児島大学医学部保健学科 教授 田平 除行	4	統計解析	大学院医歯学総合研究科	教授 郡	山 千早
6 作幸凌年 "************************************	5	理学療法		教授 牧	白 飛雄馬
	6	作業療法	Description of the property of	教授 田	平 隆行
6 保健学 鹿児島大学医学部保健学科 数授 宮田 昌明 地域包括看護学講座	6	保健学		教授 宮	田 昌明
7 心理学 鹿児島大学法文学部人文学科 教授 安部 幸志	7	心理学	鹿児島大学法文学部人文学科	教授 安	邹 幸志
8 医療 垂水中央病院 院長 竹中 俊宏	8	医療	垂水中央病院	院長竹	中 俊宏
9 栄養学 鹿児島県栄養士会 理事 油田 幸子	9	栄養学	鹿児島県栄養士会	理事 油	田 幸子
10 行政 垂水市 市長 尾脇 雅弘	10	行政	垂水市	市長 尾	協 雅弥



受付時間

8:15~10:30 の 15分おき

	開催日	曜日	会場
1	7月3日	日	文化会館
2	7月24日	日	市民館
3	8月7日	日	文化会館
4	8月21日	日	市民館
5	8月28日	日	体育館
6	9月11日	日	文化会館
7	9月25日	日	文化会館
8	10月9日	日	文化会館
9	10月23日	日	市民館
10	10月30日	日	市民館
11	11月13日	日	市民館
12	11月27日	日	体育館
13	12月11日	日	市民館



電話 申込 垂水市保健課

健康増進・元気プロジェクト係

【TEL】 <u>0994-32-1116</u> (平日8:30~17:15)

FAX 申込 垂水市保健課

健康増進・元気プロジェクト係

[FAX] 0994-32-6625

窓口申込

垂水市保健課 健康増進・元気プロジェクト係 【場所】<u>本庁舎新館1階</u>

WEB申込



ハガキ申込

過去参加者の皆様には 郵送にて「開催案内」 をお送りいたします。 同封の申込ハガキにて お申込ください。