

測ってわかる 令和時代の 健康と健幸

11/2 (土)

10:00～15:00

(入退場自由、最終入場14時)



無料

事前申込不要
当日参加可

会場

国際医療福祉大学
小田原キャンパス本校舎



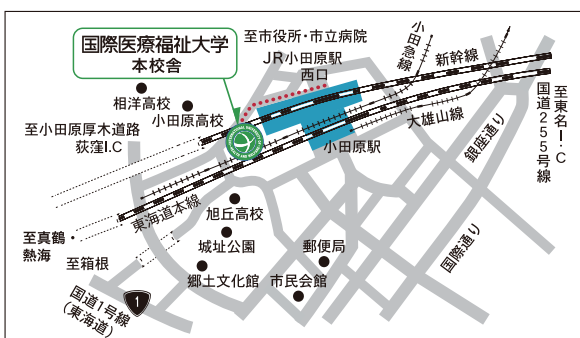
看護、理学療法、作業療法を中心とした
体験・測定型講座、講演

講座の一例

- 体脂肪、骨筋量など体の総合的測定
- 転倒リスク測定
- 血管年齢測定
- 脳機能測定
- 膝伸展筋力測定
- 注意機能確認ゲーム

講演

- 「これからの高齢者ヘルスケア」



国際医療福祉大学

小田原保健医療学部

お問い合わせ／国際医療福祉大学 小田原保健医療学部 総務課
〒250-8588 小田原市城山1-2-25 TEL.0465-21-6500
<https://odawara.iuhw.ac.jp/>

後援／小田原市



2019年度 市民公開講座 講演・講座一覧

講演 時間:13:00~13:50 会場:7F A -704

「これからの高齢者ヘルスケア～健康記録による節酒対策を例に～」

国際医療福祉大学小田原保健医療学部看護学科 准教授 原田浩二

講座

講座名	場所	内容
2階 血圧測定	2F ラウンジ	まずは血圧測定から
5階 脳機能測定	5F A-502	脳力確認してみましょう
健康感チェック	5F A-503	健康感を数値で確認してみましょう
注意機能確認ゲーム	5F A-504	頭と体、一緒に使えていますか?
スクエアステップ(足踏みゲーム)	5F A-504	笑顔で踏もう、軽快ステップ!
VRで認知症を理解する	5F B-504	バーチャルリアリティ(VR)の技術で認知症の中核症状を体験できます
6階 肺機能(肺活量など)測定	6F A-602・603	肺の機能を測ってみましょう
膝伸展筋力測定	6F A-606	バイオデックスでの筋力測定
重心動揺計でのふらつき測定	6F A-606	身体の重心位置を確かめよう!
転倒リスク測定	6F A-607	転倒予防を学びましょう
最大一步幅と握力測定	6F A-607	歩き方評価と握力をチェック!
柔軟性・敏捷性測定	6F 講堂・ラウンジ	体力チェック!柔軟性と俊敏性
ふれあい広場・大学紹介	6F 講堂・ラウンジ	手作りパン販売、休憩スペース、大学の紹介
7階 血管年齢測定	7F A-705・706	血管の状態を確認してみましょう
身体測定(インボディ)	7F A-705・706	体脂肪・骨筋量・BMIなど体の総合的測定
アロマで深呼吸	7F A-705・706	アロマでリラックス体験

<ご参加いただく外部団体>

場所:2階 学生ラウンジ

・ODAWARA若年認知症サポートプロジェクト(手作りの革細工や手芸品などの販売)

場所:6階 講堂・ラウンジ

・小田原支援センター(手作りパン)

・小田原市生涯現役推進協議会(「目指せ!生涯現役」 生涯現役促進地域連携事業の紹介)

