

順天堂大学 介護予防測定会

参加者大募集！ 予約方法は裏面を参照ください

開催日

6/14・15・21・22

(土) (日) (土) (日)

4日間のうち1回・所要時間120分程度

予約制

**参加費
無料**

対象

①(新規の方)浦安市在住の55歳以上の方 **先着250名**

②(2回目の方)2024年5月に参加した方 **250名**

◆測定はお一人様につき年に1回となります

◆2024年12月にご参加の方の次回は2025年12月です。募集時期に事務局よりご連絡いたします

⚠ 重篤な疾患の既往・現病歴がある方、運動を禁じられている方は主治医とご相談の上、お申し込みください

場所

**順天堂大学
日の出キャンパス**

住所：日の出6丁目8-1



内容

筋量測定：In-Body/体組成
筋力測定：椅子立ち上がりテスト・握力
歩行速度測定：身体機能・転倒リスク
皮膚の健康度：水分量など
アンケート、測定結果の説明 など

10年後も今と変わらない自分らしい生活を守るため、「加齢による衰え」に気づいた今から予防することが重要です。筋肉量の減少や筋力の低下は高齢期にかけて徐々に進行し、健康寿命に影響を与えます。まずは自分の「加齢による身体状況の変化」を正確に把握してみませんか？順天堂大学は市民の皆様の介護予防をサポートしています。初めての方も大歓迎！ぜひ、友人やご家族と一緒にご参加ください。

動きやすい服装
歩きやすい靴で
お越しください！
(更衣室あり)



主催：

順天堂大学フレイル・ロコモ予防ドック10年プロジェクト
(浦安市介護予防プロジェクト事業)

〈お問い合わせ先〉

☎ : 050-5897-3190 (平日午後のみ)

mail : juntendoproject@gmail.com

順天堂大学医療看護学部 原田・大村

気付いた今から備える未来の自分のための介護予防 介護予防測定会 お申し込み方法



予約方法

- ◆ 以下の1) または2) のいずれかの方法でご予約ください
- ◆ 予約フォームへの申し込みが成功すると、登録したメールアドレスに登録内容が届きます
- ◆ 決定した予約日・時間は6月初旬までにお知らせいたします
- ◆ 予約が難しい場合は表面の＜お問い合わせ先＞にお電話ください

1) QRコードから

スマホカメラを起動し、右のQRコードにレンズを向けます。
読み取りが完了すると予約フォームが表示されますのでご回答ください



2) ホームページからお申込み (5月より公開予定)

スマホやPCから「順天堂大学医療看護学部」と検索し、大学のホームページを開く
右側の縦の項目「地域の皆様へ」→「フレイル・ロコモ予防ドック10年プロジェクト」
「介護予防測定会」の「お申し込みはこちら」をクリックし、予約フォームからお申し込みください

順天堂大学医療看護学部

アクセス



- ◆ 駐輪場はキャンパス内にあり (当日ご案内)
- ◆ 自家用車でのご来場も可能です。日の出キャンパス入口の駐車場、または近隣のタイムズマリナガーデン新浦安駐車場(ウエルシア前)をご利用ください
- ◆ 駐車料金は当方で負担いたします
- ◆ 駐車場内や移動中の事故については本学は責任を負いかねます

無料バス

- ◆ 東西線浦安駅やなぎ通りサカゼン浦安店前と新浦安北口バス停から無料バス送迎あり
- ◆ お帰りのバスもあります

無料バス時刻表(予定)

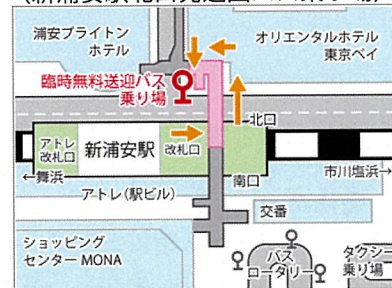
(ご利用の皆様が乗車次第発車します)

東西線浦安駅発→ (新浦安駅経由) 日の出	新浦安駅北口発 日の出	日の出 キャンパス 着
9:25	9:35	9:45
10:25	10:35	10:45
11:25	11:35	11:45
12:25	12:35	12:45
13:25	13:35	13:45
14:25	14:35	14:45
15:25	15:35	15:45

(東西線浦安駅発 巡回バス乗り場)



(新浦安駅北口発 巡回バス乗り場)



有料路線バスもご利用できます

- (行き) 新浦安駅発 C乗り場→日の出キャンパス行き
⑬系統「順天堂大学 日の出 正門」下車1分
⑭系統「順天堂大学 日の出 東口」下車5分