

# 第6回 東筑病院 栄養相談会 & 体力測定会

日時：2026年5月30日（土）13：30～  
場所：東筑病院2階（リハビリテーション室）  
対象：東筑病院 周辺地域の皆様

無料

## イベント① 管理栄養士による栄養相談

- 栄養や食生活について、専門家がご相談に応じます
- どなたでもご参加頂けます



## イベント② 体力測定会



- 体力測定（筋力、柔軟性、バランス）
- InBody を用いた体成分分析

定員 30 名：各時間帯 10 名程度

【1部】13:30～  
【2部】14:10～  
【3部】14:50～

お申込みの際に時間帯をお知らせください

## イベント③ その他の検査



- 血圧脈波検査（動脈硬化検査）
- タッチパネルを用いた注意力検査
- 舌圧測定（飲み込み評価）

お申し込みの際にお知らせください  
希望者が多い場合は、制限させていただく場合があります

## イベント④ 福祉用具展示

- 福祉用具取り扱い業者による福祉用具などの展示や説明



## 《申し込み方法》

- ✓4月22日（水）より申し込み可能です
- ✓電話またはQRコードより
- ✓電話受付：平日9:00～17:00まで
- ✓**093-616-0334**（リハビリ直通）

※各測定項目の詳細は裏面をご覧ください



QR  
コード

# イベント内容の詳細

## ●管理栄養士による栄養相談について

管理栄養士による、日々の食生活や栄養バランスについて相談を受け、健康維持や体力向上につながるアドバイスをいたします。

## ●体力測定について

握力、膝伸展筋力、長座位体前屈、開眼片脚立位、2ステップテスト、立ち上がりテストを実施します。これらの測定では上下肢の筋力・柔軟性・バランス能力、歩く力などを総合的に調べることができます。健康の維持増進のためにはこれらの体力（項目）がバランス良く高い状態が望ましく、体力測定をすることで現状どの体力が高い もしくは 低いのかを把握することができます。

## ●InBody を用いた筋肉量・体脂肪量測定について

体の中の「筋肉・脂肪・水分バランス」を調べることができ、筋肉がしっかり保たれているか、脂肪が多すぎないか、むくみ（水分の偏り）がないかなどを数値で確認することができます。

## ●動脈硬化検査（血圧脈波検査）について

動脈硬化が進行すると心筋梗塞や脳梗塞を引き起こしやすくなります。血圧の詰まりや硬さが数分で分かる検査であり、動脈硬化の早期発見に繋がります。

## ●タッチパネルを用いた注意力検査について

パソコン型『Attention（アテンション）』リハビリツールを用いて行います。アテンションの画面を指で触ったり、目で追ったりすることで反応の速さや目の動きを記録し、注意力をわかりやすく評価できます。

## ●舌圧検査（飲み込み指標）について

デジタル舌圧計を用いて行います。

摂食・嚥下機能は舌の運動機能と深く関係しています。舌圧の低い人は、食事の際にむせるなどして食べ物をうまく摂取できず、誤嚥につながるリスクがあるとされています。

## ●福祉用具展示・業者による説明

介護保険で利用できる福祉用具、日常生活を支えるさまざまな用品などを実際に見学できます。

「自宅での生活を少し楽にする方法は？」など、生活場面に合わせた相談や実際に体験することも可能です。  
お気軽にお立ち寄りください。