



交流の場・通いの場の運営支援と介護予防啓発 出張健康測定会

毎月1回、茶話会（いきいきサロン）を運営している民生委員より相談を受け、**出張健康測定会**を調整。今回は、中央いきいきプラザへ協力を仰ぎました。測定項目は、**血管年齢**ならびに**脳年齢**とし、測定結果をふまえ看護師による**健康相談**を実施しました。

● 概要

日時 令和6年9月26日 14:00～16:00
場所 東本町自治会館
参加者 東本町茶話会の皆様（10名）
テーマ **健康測定、健康相談**
協力 中央いきいきプラザ
千葉市あんしんケアセンター中央
千葉市生活支援コーディネーター中央区

● 目的

・地域活動の活性化 ・介護予防啓発

● 役割・担当

・情報提供 ・連絡調整
・当日の運営補助

● 内容

脳年齢と血管年齢を測定後、個別に看護師より測定結果をふまえた健康相談を行いました。全員終了後、中央いきいきプラザより施設や事業の説明がありました。

◎ 参加者の声

「茶話会で健康測定ができると知り、ぜひ参加したいと思って来た。」

「測定結果が自信につながった。結果シートを家族に見せて、『私はまだまだ元気だよ！』と胸を張って言おうと思う。」

「以前、中央いきいきプラザの事業を利用したことがあり、とても楽しかった。加齢とともに公共交通機関を利用して通うことが難しくなり残念に思っていたが、今回は出張してくれたのでありがたかった。」



健康測定



看護師による健康相談

● 結果・効果

- ・**介護予防**や**健康意識**の向上につながりました。
- ・これまで中央いきいきプラザとあまり馴染みのなかった地域の方がプラザの存在や取り組みを知ったり、職員と顔の見える関係になるよい機会となりました。

● 生活支援コーディネーターより

皆様にとって交流の場・通いの場がよりよいものになるよう、多様な機関や団体、企業などと連絡調整を行っています。お気軽にお問い合わせください。



待ち時間は、いつも通りの茶話会

発行・連絡先
所在地

千葉市生活支援コーディネーター中央区 坂本（さかもと）

〒260-0031 千葉市中央区新千葉3-10-20

社会福祉法人煌徳会 特別養護老人ホーム新千葉一倫荘内

電話

070-3105-8246（平日9:00～17:00）

FAX

043-243-0860

E-mail

sc-chuoku@koutokukai.sakura.ne.jp

担当地区

中央区全域

