

# 大阪市立大学・健康ラボステーション 日本姿勢と歩き方協会 共催！！

## ～ 健康測定会(10～12月)のご案内 ～

大阪市立大学健康科学イノベーションセンター、NPO法人健康ラボステーション、一般社団法人日本姿勢と歩き方協会は、生体計測データの収集と予防医学・疾病予防への有用的な活用について検証する目的で共同研究を実施しており、毎月最終水曜日に、各種測定機器を含む「健康測定会」を開催いたします。

**日 時**：2014年10月29日(水) 10時～18時

2014年11月26日(水) 10時～18時

2014年12月24日(水) 10時～18時

**会 場**：大阪市立大学健康科学イノベーションセンター  
(グランフロント大阪 ナレッジキャピタル タワーC9階)

**参加費**：実費

**※事前予約はウォーキング教室以外は不要です。**

**尚、各種測定は混雑時にお待ちいただく場合がございます。**



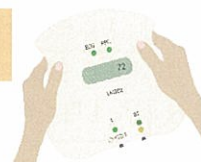
### 大阪市立大学健康科学イノベーションセンター

自律神経機能(疲労度)測定 (測定時間：5分) 500円

両手の指先をセンサーにあて、心電と脈波を計測・解析し、自律神経機能の状態(活動度とバランス)を評価します。

※オプションでパソコンを使用し、質問に答え、疲れを測定できます。(所要時間 10分程度)

**【上記測定に関するお問合せ先：06-6485-0288 (平日 10:00～18:00)】**



### NPO法人健康ラボステーション

体成分分析測定・両腕血圧血流測定・超音波骨密度測定  
(測定時間：各5分) 各500円

#### 【体成分分析】

体脂肪率だけではなく、部位別筋肉量、内臓脂肪レベル等が測定できます。

#### 【両腕血圧血流測定】

両腕の血圧を同時測定し、左右の血圧の差を評価し、加えて血液の状態も評価することが出来ます。

#### 【超音波骨密度測定】

素足でかかとを機械にのせて測定し、同年齢の方の平均値と比べて骨密度が何%か示します。



体成分分析測定・超音波骨密度測定は素足で測定となります。(更衣室はございませんので、タイツ・ストッキング着用でのご来場はご遠慮ください。)

**【上記測定に関するお問合せ先：06-6948-5133 (平日 10:00～18:00)】**



## 一般社団法人日本姿勢と歩き方協会

**ウォーキング教室**  
(開催時間：各 40 分 定員 6 名) 各 500 円

性別・年齢問わずどなたでもご参加いただけます。動きやすい服装・靴（スニーカー等）でお越しください。

11時～11時40分	冷え体質改善
13時～13時40分	姿勢改善

注意：会場に更衣室はありません。

**ウォーキング教室のみ予約が必要です。** **楽しく体質改善、始めてみませんか？**  
(先着順)

**【上記教室に関するお問合せ・予約先：06-6948-5133 (平日 10:00～18:00)】**

大阪市立大学健康科学イノベーションセンター(「健康見守り隊」)、  
NPO法人健康ラボステーション、一般社団法人日本姿勢と歩き方協会の  
いずれかに会員登録をされている方にお得な情報です！！



毎月開催されます健康測定会で、加入している団体以外の測定等（1種類につき500円）が  
**年4回まで無料！**（測定内容・測定時期は自由に選べます！！）

【大阪市立大学「健康見守り隊」会員の場合】

例1

1回、2回	3回	4回
10月：骨密度測定＋両腕血圧測定	11月：体成分分析	2月：ウォーキング教室

例2

1回	2回	3回、4回
11月：骨密度	2月：体成分分析	3月：体成分分析＋ウォーキング教室

など、組み合わせ自由！

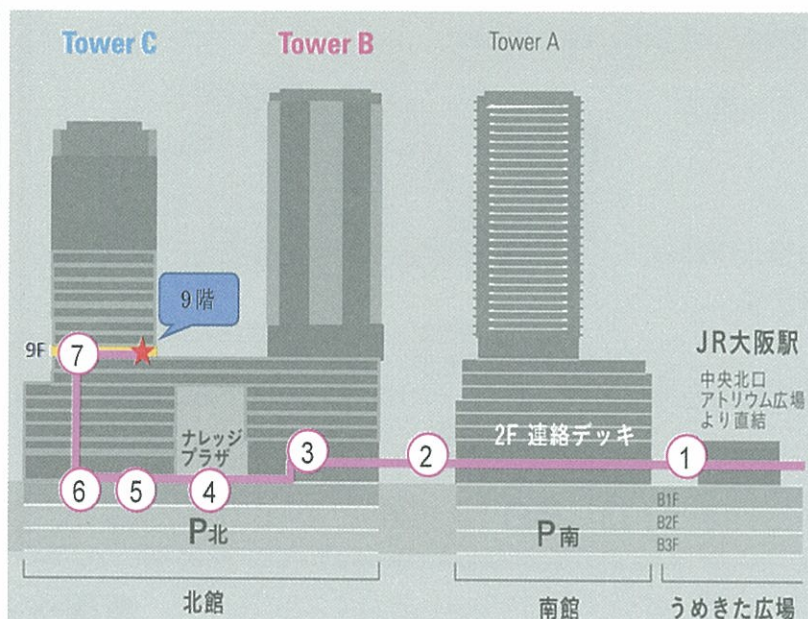
会員についての詳細は各団体のホームページでご確認ください。

大阪市立大学健康科学イノベーションセンター <http://www.chsi.osaka-cu.ac.jp/>

NPO法人健康ラボステーション <http://kenlab.net/>

一般社団法人日本姿勢と歩き方協会 <http://shisei-aruku.com/>

### 【大阪市立大学 健康科学イノベーションセンターアクセス方法】



- ①JR 大阪駅からグランフロント大阪南館（タワー-A）へ
- ②2階連絡デッキを北館（タワー-B）へ進んでください
- ③タワー-B入口そばのエスカレーターで1階に下り、タワー-Cへ進んで下さい。（エレベーターの場合「北2」にて1階へ下りてください）
- ④ナレッジプラザを進むと右前方にタワー-C オフィス入口（ガラス自動扉）があります
- ⑤入口から奥に進み、右手側Bのエレベーターにお乗りください
- ⑥B（低層階用）エレベーターで9階に上がって下さい
- ⑦フロアを半周すると到着です