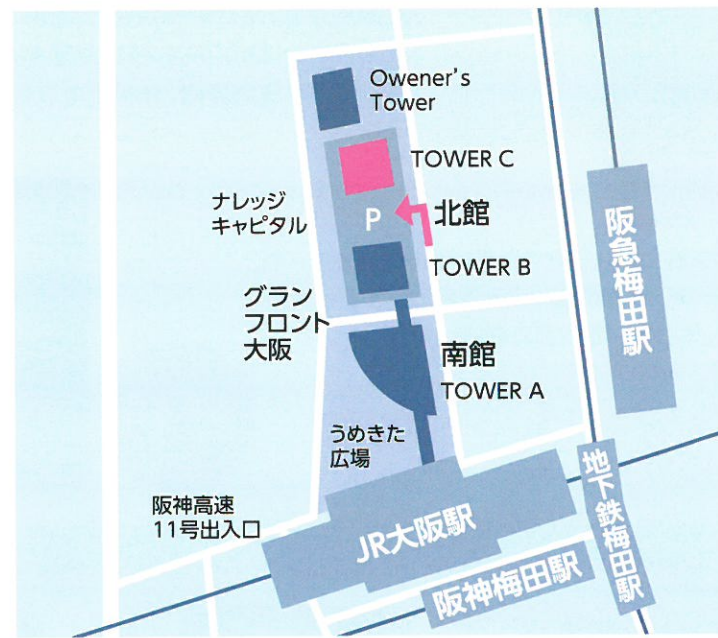


アクセスマップ

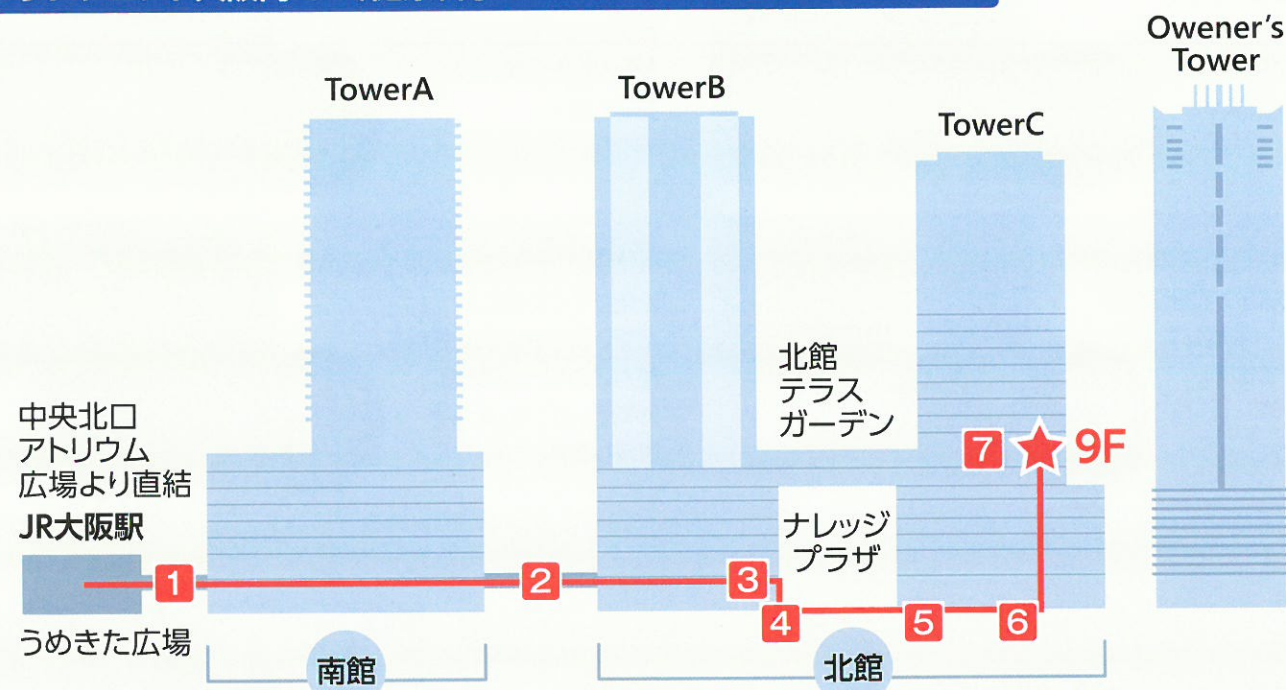
住所 大阪市北区大深町3-1
グランフロント大阪北館タワーC 9F

交通 **電車をご利用の場合**
 JR線 大阪駅
 阪急電鉄 梅田駅
 阪神電車 梅田駅
 地下鉄 梅田駅(御堂筋線)
 東梅田駅(谷町線)
 西梅田駅(四つ橋線)

車をご利用の場合
 新大阪駅 約10分
 難波駅 約20分



グランフロント大阪内での「健康科学イノベーションセンター」への経路



- JR大阪駅中央北口から、グランフロント南館(タワーA)へ
- 2階を北館(タワーB)へ進んでください
- タワーBエスカレーターで1階へ下りて、タワーC方向へ進んでください
(エレベーターをご利用の方は「北2」エレベーターで1階まで下りてください。)

- ナレッジプラザをタワーC方向に進むと、右前方に「タワーCオフィス入口」があります
- 「タワーCオフィス入口」を奥に進むと、AとBのエレベーターがあります
- B(低層階用)のエレベーターで9階に上がってください
- フロアを半周すると到着です

健康測定会

毎月第3水曜日開催

会場

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/>

開催日程はホームページの「開所日カレンダー」にてご確認ください。

時間

10:00 ▶ 18:00

疲労度測定



各種測定



体成分分析測定
両腕血圧
血流測定
etc.

プログラム



健康生活に関する
ミニセミナー
etc.

主催

大阪市立大学健康科学イノベーションセンター

認定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

大阪市立大学健康科学イノベーションセンター、認定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、ご自身の健康度を「見える化」することで、日々の健康維持・管理に役立てていただくことを目的に、毎月1回、各種測定機器による測定のほか、運動プログラム、ミニセミナー等を企画し、「健康測定会」を開催しています。

健康科学イノベーションセンター「健康見守り隊」会員様、または、健康ラボステーション・サービス会員様には、「健康測定会」だけの特典をご用意！
「300円または500円の各種測定が4回無料で体験できるサービス券(有効期限1年間)」をプレゼントしております！

大阪
市立大

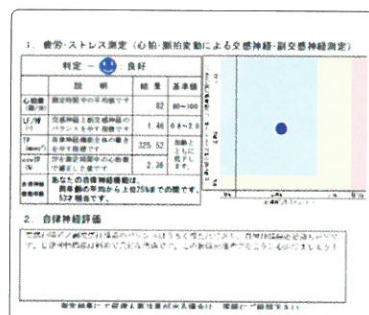
健康科学イノベーションセンター
Center for Health Science Innovation

疲労度(自律神経機能)測定

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

測定5分
500円

※不整脈の方は測定できません



セミナー

健康に関するミニセミナー

管理栄養士による食や栄養に関するセミナーや、ウォーキング指導者による運動に関するセミナーなど、毎回異なる内容で開催します。

※予約不要、当日参加もできます。

実施時間: 15:15~16:00
(45分)

無料



**健康
ラボ**

HQCチェック

約70項目の質問に答え、必要な栄養素や健康課題を数字やグラフで「見える化」します。

※結果は医師が特定・診断したものではありません。

測定20分
2000円

HQCチェックで分かること



**コレステロール
HbA1c測定**

中指、又は、薬指側面を消毒後、穿刺器具で自己穿刺・採血します。

※問診結果によって測定できない場合があります。

測定15分
各1000円



体成分分析測定

年齢、性別、身長設定後、素足で機械に立ちます。「体脂肪率」「部位別筋肉量」「内臓脂肪レベル」など豊富な結果が得られます。

測定5分
500円



体内糖化度測定

腕を機械に乗せるだけで体内の蛋白質と糖の異常な結合により発生するAGEs(最終糖化生成物)を測定します。

※採血なしでの測定

測定3分
500円



超音波骨密度測定

素足を機械に乗せて測定します。同年齢の平均値と比べて骨密度が何%なのか表記されます。

測定5分
500円



両腕血圧血流測定

両腕の血圧を同時測定し、左右差を測ります。また、血管・心臓を含めた循環系を流れる血液の状態がわかります。

測定5分
500円



血流測定

左手薬指の末端の毛細血管の流れをモニターを通じて見ることができます。

※採血なしでの測定

測定5分
500円



筋力測定

転倒リスクや美しいボディラインなどに関わる握力、足指力、内転筋、外転筋、膝下伸展力を測定します。

測定5分
300円



**歩き方
協会**

ウォーキング教室

(定員6名)

年齢、性別を問わず、どなたでも参加できます。動きやすい服、靴でお越し下さい。(会場に更衣室はありません)

実施時間: 13:00~13:30 (30分)

ご予約: 06-6948-5133

(受付: 平日10時~18時)

30分
500円

要予約



歩行測定

センサー内蔵のベルトを腰に巻き歩くことで、歩行癖を発見し分析します。また、分析結果からインストラクターによる歩行のアドバイスをお受けいただけます。歩行時の上下の振動や横揺れを改善し、足腰への負担を減らしましょう!

測定 &
アドバイス
10分
500円



疲労度測定・会場へアクセスに関する問合せ

大阪市立大学健康科学イノベーションセンター

TEL

06-6485-0288

平日 10時~18時

各種測定・教室予約に関する問合せ

認定NPO法人健康ラボステーション

TEL

06-6948-8015

平日 10時~18時

FAX

06-6356-9779