

義方小学校区の皆様へ

こんにちは。鳥取大学医学部保健学科です。
三寒四温のこの頃ですが、お元気にお過ごしでしょうか。
保健学科では、「けんこう茶屋」と称して岩倉町の空家を改修した”岩倉ふらっと”で、健康講座を開催しています。今回は、米子市社会福祉協議会と共催で「ぜんざい」を用意してお待ちしています。

ぜひ、お友達を誘って
お越しくださいね。



日時：令和2年3月20日（金）春分の日
午後2時～4時

場所：岩倉ふらっと

（米子市岩倉町52… 岡本一銭屋さんの並び）



目印はこの暖簾↑



内容：まちの検査室 検査をとおして健康をみよう
～動脈硬化を防ごう 測定と結果の見方～

講師 鳥取大学医学部保健学科臨床検査技術学専攻

講師 佐藤 研吾さん

【測定項目】

- 血圧
- 頸動脈エコー
- 血管年齢測定（手指測定）
- 唾液ストレスチェック

頸動脈エコーについては、
時間の都合上、先着20名と
させていただきます。
ご了承ください。
測定は、ご希望の測定項目
のみでもかまいません。



【お問い合わせ】鳥取大学医学部保健学科看護学専攻 深田（38-6306）、徳嶋（38-6337）

この事業は令和元年度鳥取大学エクステンション&アウトリーチ事業の一環です。
経費の一部には鳥取県社協ボランティア・市民活動助成事業助成金をあてています。

岩倉ふらっと 健康づくり “けんこう茶屋” 活動紹介

鳥取大学医学部保健学科では、地域の皆様がふらっと立ち寄れる健康づくり活動を目指し、「けんこう茶屋」と称して看護学生や教員が健康講座を企画・運営しています。少子高齢化社会において、おひとりおひとりの健康は個人の生活にとどまらず、地域全体の活力につながると考え、病気になったら医療機関へ、その前に、**地域で病気にならないように予防を!**というコンセプトで始めた取り組みです。

平成25年度から岩倉町にある空家を改修した“コミュニティスペース”岩倉ふらっと”（NPO法人まちなかこもんず）を拠点に、地域に根づいた活動になるよう参加者の皆様からいただいたご意見・ご感想を参考に、試行錯誤しながら行っています。茶話会のような雰囲気でお話しやすいところも、魅力の一つと思っています。レトロな居間でほっこりお茶を飲みながら、ご参加いただけると幸いです。

	8月 加茂川地藏尊祭り	11月	3月
平成27年度	お祭りでの啓発内容や資料作成は、主に保健学科看護学専攻の学生が行っています。	ロコモティブ シンドローム予防	
平成28年度	<ul style="list-style-type: none"> 健康チェック 熱中症の予防啓発 	認知症予防	認知症予防
平成29年度	【涼善寺さん（岩倉町）】 <ul style="list-style-type: none"> 健康チェック 【岩倉ふらっと】 <ul style="list-style-type: none"> 熱中症の予防啓発、 防災食試食コーナー 	歯と口の健康	歯と口の健康
平成30年度	【涼善寺さん（岩倉町）】 <ul style="list-style-type: none"> 健康チェック 熱中症の予防啓発 	歯と口の健康	ロコモティブ シンドローム予防
令和元年度	【涼善寺さん（岩倉町）】 <ul style="list-style-type: none"> 健康チェック 熱中症の予防啓発 	歯と口の健康 義方地区認知症行方不明者の搜索 模擬訓練に参加	動脈硬化予防

3月20日
(金曜日 春分の日)
詳細は裏面を
ご覧ください!

3月20日のけんこう茶屋では、米子市社会福祉協議会と共催で、「ぜんざいを食べて、新年度も頑張ろう!」企画も同時開催です。



ぜんざい?



とんどさんでお餅つきをする自治会もあると思いますが、人手が減ったり、高齢化などの事情で機会が少なくなっているそうです。何かできないかなあ、と思ひまして。



一人一人が元気なもの大事だけど、地域全体がいきいきしていると、暮らしの楽しさや安心も増えそうだね!!



今回は、お餅つきから!とはまいりませんが、皆様に楽しんでいただけると嬉しいです。ぜんざい企画のみのご参加も歓迎です。ぜひ、お立ち寄りくださいね!