



特別開催！

# 健康 フェア

2024 7.6  / 7   
11:00~17:00

参加無料  
予約不要

健康フェアで測定できるメニュー

## The Lab.みんなで世界一研究所

グランフロント大阪 北館 ナレッジキャピタル2階・3階  
センタースペース及びアクティブスタジオ内

※詳細は裏面

骨強度・血管年齢・  
体組成・血流スコープ・  
AGEs (体のサビ)・  
歩行速度・立ち上がりテスト・  
握力・ヘモグロビン推定値・  
野菜摂取状況チェック・  
健康相談コーナーを  
設置しています。

※詳細は裏面

薬剤師の仕事って、  
薬を調剤するだけだと思  
っていませんか？  
薬剤師は、病気と薬のことだけでなく、  
漢方薬や健康食品、  
特定保健用食品(トクホ)、  
サプリメント、予防接種・感染症・  
食中毒、在宅医療のことなど、  
幅広い知識を持っています！



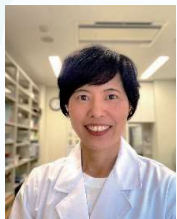
ぜひご自身の体をチェックしてみ  
てください。そして健康と栄養のことを  
学んでみましょう！

小中学生対象

食品中のビタミンを調べる実験・  
ビタミンクイズも開催します！

TO ▶ 未来のあなたへ FROM ▶ 神戸学院大学薬学部・栄養学部

## 誰もが健康に長生きするために大切なことは…



神戸学院大学 薬学部  
教授 中川 公恵

「健康で長生きしたい」というのは、誰もが持つ願いです。ただ長生きするのではなく、「健康であり続ける」ことこそが重要です。日々のバランスの取れた食事や適度な運動が、健康であるためには最も大切です。決して、体の調子が悪いのは、歳のせい…なのではありません。子どもでも大人でも、若くても歳をとっていても、きちんと必要な栄養素やビタミンを摂取していなければ、病気になってしまいます。今の自分の食生活で、本当に必要な栄養やビタミンは摂取できているのでしょうか？そして、皆さんは自分自身の体の健康状態を知っているのでしょうか？私はきっと大丈夫…そう過信していませんか？

今回、神戸学院大学薬学部・栄養学部は、株式会社サエラ(サエラ薬局)と協力し、皆さんが現在の健康状態を知り、未来へ続く健康生活を送るお手伝いをさせていただきます。



## 1 骨強度測定



手首（トウ骨）に超音波を伝播させ、骨強度を測定。健康寿命を延ばすために、丈夫な骨は必要不可欠。この機会に自分の骨強度を知っておこう！

## 2 血流スコープ



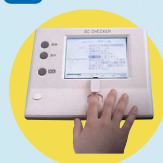
指にオイルをたらして顕微鏡でみると普段見ることができない自分の指の毛細血管や毛細血管を流れる赤血球、白血球が見られる。

## 3 体組成計



台の上にあがりハンドルを握ることで、体重・体脂肪率・筋肉量・内臓脂肪などのからだの組成を分析。

## 4 血管年齢測定



指を置くだけで血管年齢を測定。血管年齢は「血管の柔軟性」です。硬くなった血管は、大きな病気に繋がる可能性がある所以要注意！

## 5 AGEs (エージーイー)



指を軽く挟んで測定するだけで、体の老化の原因とよばれる体のサビ（AGEs）を測定。普段糖分をよく摂取する方は要注意！

## 6 ベジメータ SE



ベジメータSEは手のひらをセンサーに約30秒あてるだけで、簡単に推定野菜摂取量を測定できます。皮膚のカロテノイド量を測定することで、野菜摂取の充足度（120段階）と1日当たりの野菜摂取量の推定値（g）を表示します。

他にも、歩行速度、立ち上がりテスト、握力、ヘモグロビン推定値など、今の健康状態を知ることができるテストや機器をご用意しています。この機会にぜひチェックしてみましょう。

## 相談コーナー

測定結果がでたら相談コーナーへ。今の身体の状態、今後の食生活について相談することができます。健康寿命を延ばしたい方、食生活を改善したい方など、気軽にご相談ください。豊富な知識を持った薬剤師や管理栄養士が疑問にお答えします。

## ビタミンを調べる実験・クイズコーナー

食品中のビタミンの量を調べる実験を体験してみよう！  
栄養・ビタミンに関するクイズもあるよ。  
※小中学生対象。小学生は保護者同伴をお願いします。

## 神戸学院大学案内コーナー

学部の学生スタッフが大学のことや薬学部での学びのことなど、皆さんの知りたいにお答えします！

## 『大学都市KOBEL!発信プロジェクト』 『神戸学院大学』

～好奇心を創り出す都市と大学～

～地域と共生する大学～

神戸市は、全国有数の“大学都市”です。地域の知の拠点である大学は専門性を生かした教育や研究活動に取り組むとともに、あらゆる分野において行政と連携し、市民の知的創造力の源として地域社会を支えています。神戸学院大学は、文系・理系10学部ある総合大学です。その学びをナレッジキャピタルに來られる人々の学びにつなげるため、特色あるプログラムを実施しています。

### ご案内

- 参加は無料です。どなたでも参加することができます。
- 一部の機器については、18歳未満の方が計測不可なものがございますので、ご了承ください。

### ■お問い合わせ先

神戸学院大学 社会連携グループ

TEL:078-974-1348

E-mail : renkei\_info@j.kobegakuin.ac.jp

