



2025年11月22日（土）

# 第16回江南健康広場

目指せ！宮崎県健康寿命日本一！

いくつになっても自分らしく  
元気に過ごしたいと思いませんか？

時間 8：30～12：00  
場所 JCHO宮崎江南病院  
健康管理センター

栄養管理室  
櫛田 麻千子

# 江南健康広場の目的



患者とその家族及び地域住人に対し、疾病に関する正しい知識の普及を図り、健康の保持・管理に寄与することを目的とし、2007年度より開催している。コロナ禍で2020年～2022年度は中止としたが、2023年度より再開した。



2019年



2023年



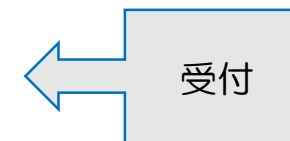
2024年

# 江南健康広場テーマ 平成19（2007）年～ 令和7（2025）年

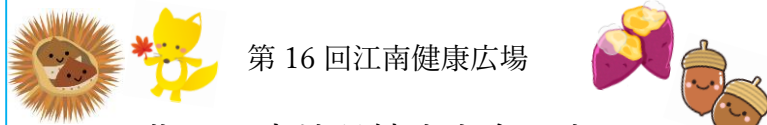
年 度	テーマ	参加数
平成19年度 第1回	今こそ学ぼう糖尿病！教えます！糖尿病との上手な付き合い方	26
平成20年度 第2回	メタボリック症候群！燃やそう体脂肪！めざそう脱メタボ！	29
平成21年度 第3回	老化！いつまでも若く、美しく！めざせ！マイナス20歳	26
平成22年度 第4回	あなたは大丈夫！？～よくわかる糖尿病合併症～	8
平成23年度 第5回	高血圧は万病の元	33
平成24年度 第6回	あなたの心臓元気ですか？	24
平成25年度 第7回	腰痛とうまくつきあう方法おしえます！！（整形外科）	50
平成26年度 第8回	おなかスッキリ！！あなたの便秘解消します！	15
	～あなたのおなかの音は聞こえますか？	
平成27年度 第9回	腎臓病放っておくとなぜ怖い！？早期発見・治療について	15
	～おしっこは健康のパロメーター～おしっこチェックをしよう～	
	当日尿検査があります！（内科）	
平成28年度 第10回 場所：健診センター	それがどうした！！認知症 ～自分らしく生きるために～（内科）	46
平成29年度 第11回 場所：健診センター	「がんの予防・早期発見！」 ～がん検診 受けて安心 家族の笑顔～（内科）	37
平成30年度 第12回 場所：健診センター	自分の足で生きるために～足を守るフットケア～（形成外科）	23
令和元年度 第13回 場所：健診センター	学んで防ごう糖尿病 合併症・運動療法・食事療法について（内科）	52
令和5年度 第14回 場所：健診センター	「これで10歳は若がえる！？」 ～アンチエイジング・サルコペニア予防と対策（内科）	57
令和6年度 第15回 場所：健診センター	目指せ！健康寿命日本一！いくつになっても自分らしく 元気に過ごしたいと思いませんか？（内科）	53
令和7年度 第16回 場所：健診センター	目指せ！宮崎県健康寿命日本一！いくつになっても自分らしく 元気に過ごしたいと思いませんか？（内科）	36



感染対策としては、  
入口での検温、  
マスク着用、  
2階会場は窓を全開にした。



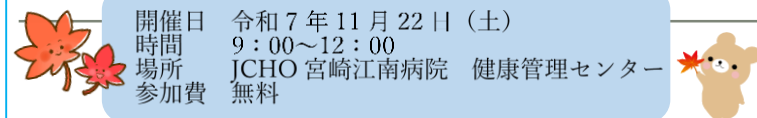




## 第16回江南健康広場

目指せ！宮崎県健康寿命日本一！

いくつになっても自分らしく元気に過ごしたいと思いませんか？



開催日 令和7年11月22日（土）  
時間 9:00～12:00  
場所 JCHO 宮崎江南病院 健康管理センター  
参加費 無料



### ～詳細～

- ・受付時間 9:00～9:50
- ・検査時間 9:00～10:00
- ・講義時間 10:20～11:20
- ・食事可
- ・靴下での参加をお願いします  
(検査で裸足になります)

### ～検査内容～

- ・心電図検査
- ・簡易血糖検査
- ・骨密度検査

### ～講義内容～

- ・「かくれ心房細動ゼロ！！作戦」と心臓のトリセツ  
～江南病院特別バージョン～（内科医師）
- ・認知症の人が見ている世界（看護師）
- ・コグニサイズ（理学療法士）

宮崎市大坪町西六月2169-1  
独立行政法人地域医療機能推進機構  
宮崎江南病院 健康管理センター  
TEL:0985-51-7575（病院）  
担当：管理栄養士 榎出



# 案内ポスター

～案内文書と共に配付

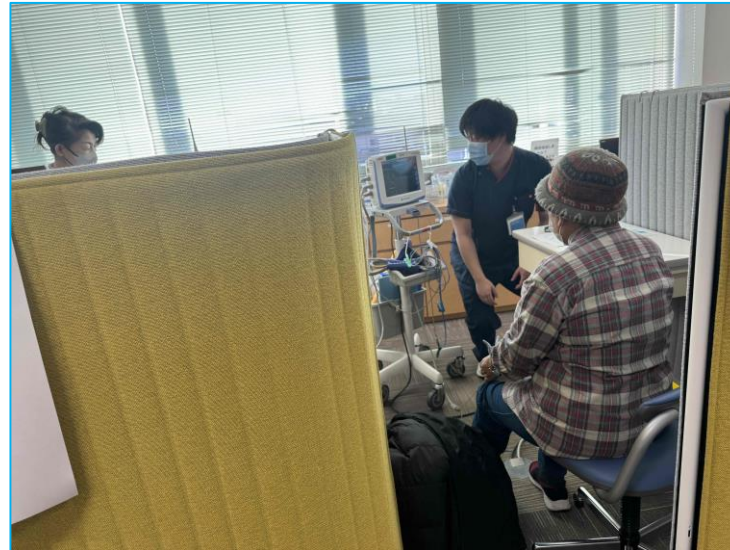
・大淀地域660枚・ポスター大33枚 担当：栄養管理室

・地域支援病院100枚 担当：地域連携室  
・地域包括支援センター10枚



# 心電図モニター検査・簡易血糖検査・骨密度検査

・心電図・簡易血糖検査



・骨密度検査



待ち時間には、心臓病のDVD  
などを視聴して頂く

# 講演会

## ① 「心臓のトリセツ」



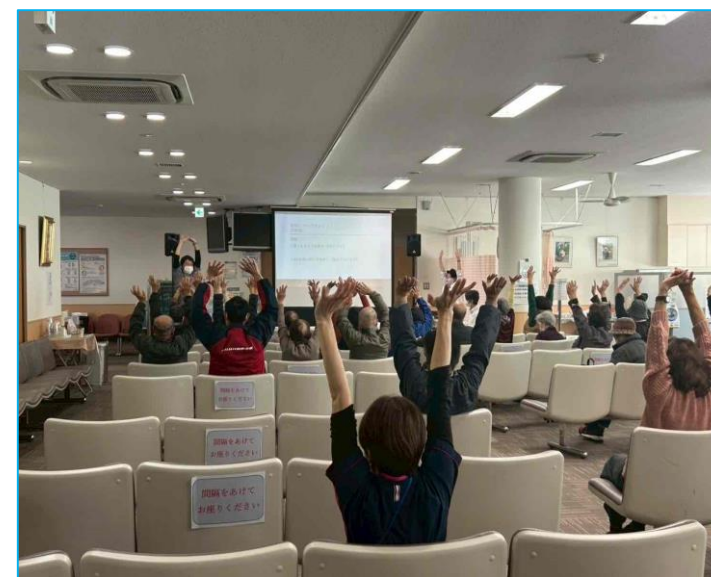
内科医師：渡邊医師

## ② 「認知症の人が見ている世界」



看護師

## ③ コグニサイズ ～頭と体を若返り～



理学療法士



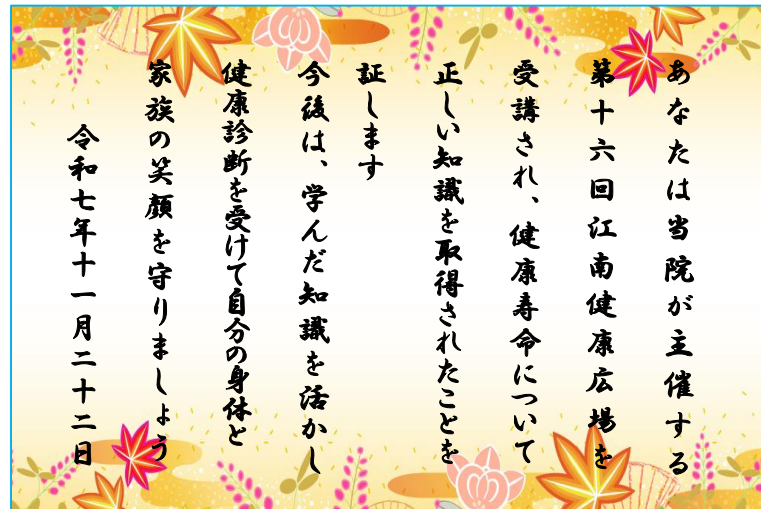
# わたしの健康栄養手帳・健康診断紹介・認定書授与



- ・わたしの健康栄養手帳
- ・健康診断紹介

認定書

認定書授与



作成  
放射線部

# 参加者集計



- 参加人数合計：36名
- 男性：9名
- 女性：27名
- 平均年齢：77.8歳

地域別参加人数											
南町	花山手	中村町	大坪	江南 団地	薫る坂	太田北	谷川	江南 ハイツ	源藤	福島	その他 の地域
10	4	4	3	3	3	2	1	1	1	1	3



# 検査結果

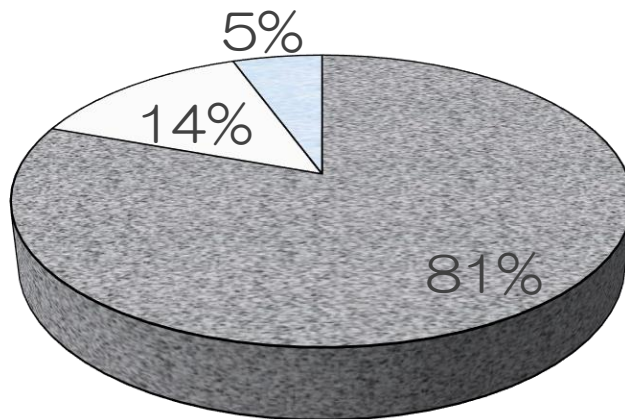


## ◆心電図モニター検査

・全員：整脈

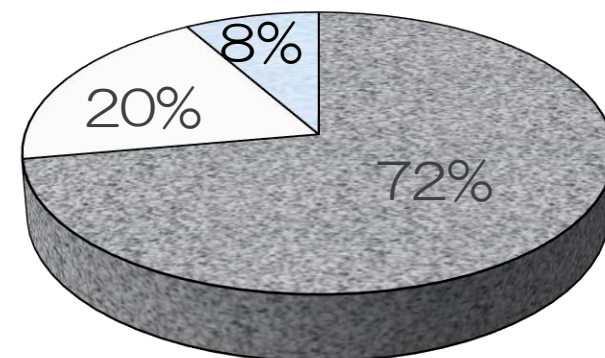
## ◆簡易随時血糖検査

- 正常値：140未満 29名
- 140～199 5名
- 糖尿病疑い：200以上 2名



## ◆骨密度検査

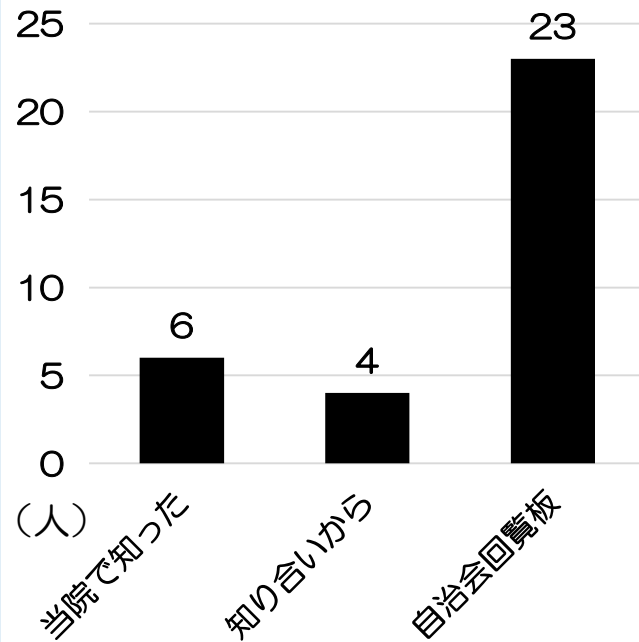
- 要精検領域領域 26名
- 要指導領域 7名
- 健康領域 3名



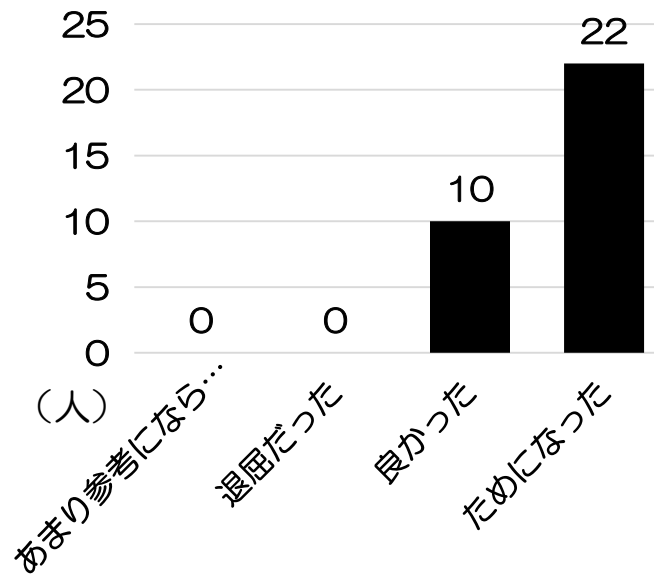
# アンケート結果



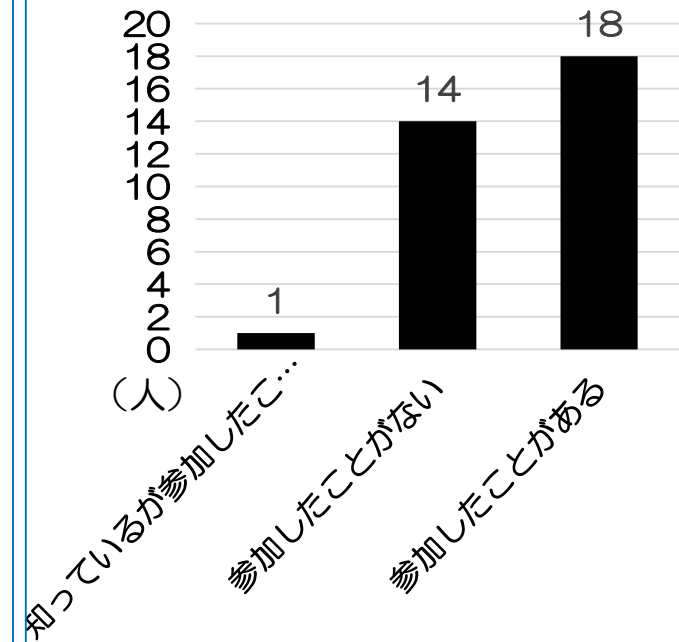
①江南健康広場はどこで  
知りましたか？



②江南健康広場に参加  
されていたかがでしたか？



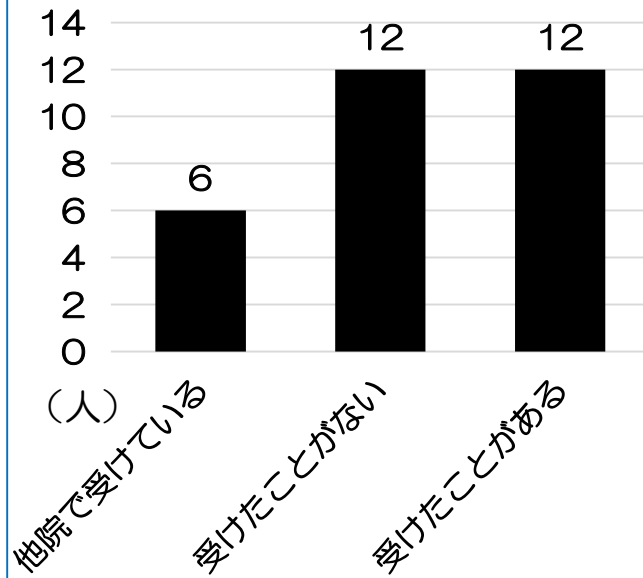
③健康セミナーに参加した  
ことがありますか？



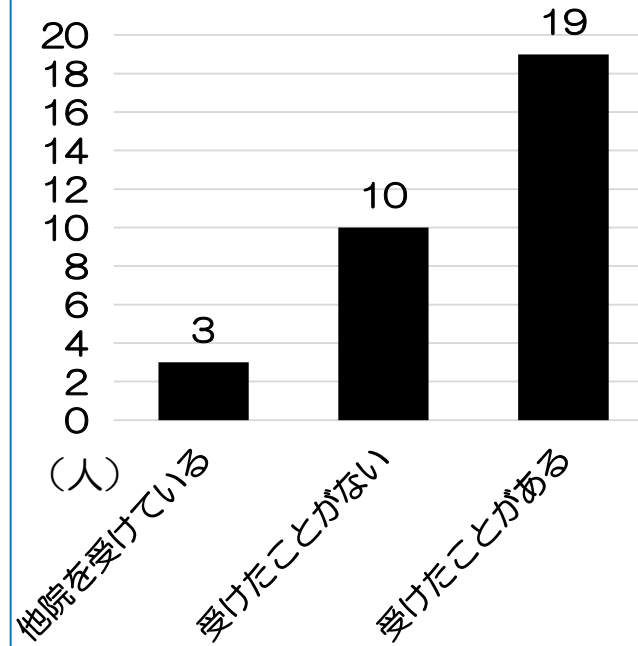
# アンケート結果



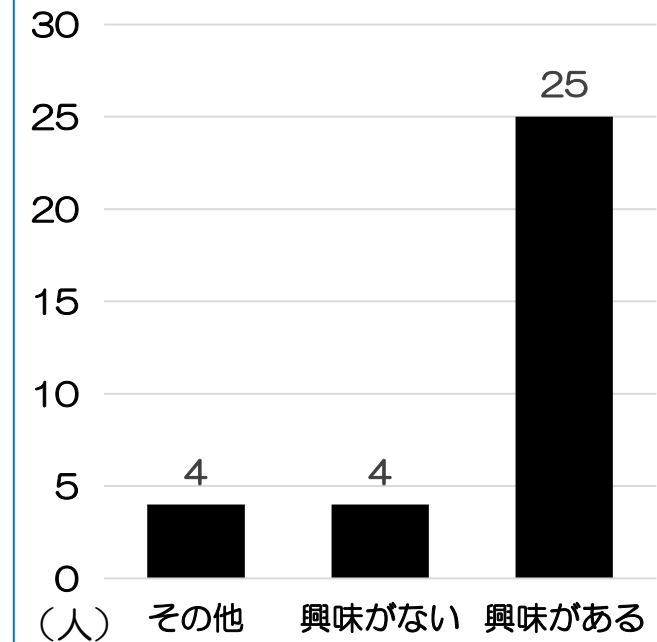
④当院の健診センターで健康診断を受けたことがありますか？



⑤当院の外来を受けたことがありますか？



⑥老健施設に興味がありますか？

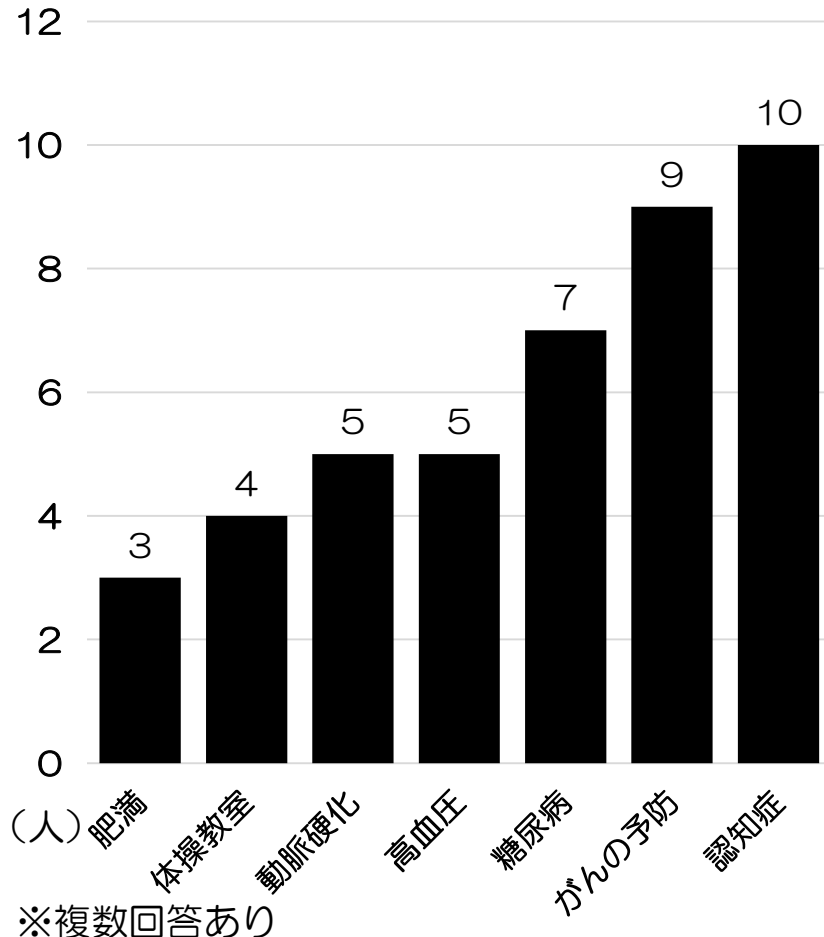




# アンケート結果

## その他の意見

⑦次回江南健康広場のテーマは、  
どのような内容が良いですか？



- 昨年よりスムーズに終わったような気がした。
- 友人からの情報で知りました。とても有りがたかったです。
- はじめて参加させていただき、楽しく過ごさせて頂きありがとうございました。よく勉強が出来ました。
- 月1回講座を受講しています。資料作りも大変だと思いながら、ためになっています。
- 毎月の健康セミナーに参加し勉強になります。
- 検査がありがたいし、渡邊先生の講和も内容も話し方もよく楽しみです。聴力検査は無理ですか？
- 渡邊先生の歌がよい。
- 年齢と共に病気等のことが気になるようになったので、とても勉強になりました。これからもこんな機会を続けてほしいです。
- 人間ドック内容について説明をお願いしたい。
- 救急時の入院（救急車で答える時）
- 健康面が気になりはじめたので、今日は大変勉強になりました。ありがとうございました。
- 今日はいろいろありがとうございます。
- いつもお世話になります。ありがとうございます。
- お話ありがとうございました。忘れないようにしたいです。
- ありがとうございました。

# まとめ



- 江南健康広場は、患者とその家族及び地域住人に対し、疾病予防目的のため、2007年度より開催していましたが、コロナ禍で2020年度に中止、2023年度より再開しました。
- 参加者は36名で、そのうち女性が27名が多かったです。参加地域は大淀地域（南町）の方が多く、知り合いの紹介、他の地域の方も来られていました。
- 検診結果は、心電図検査が全員整脈、血糖検査では糖尿病疑いが2名、骨密度検査要精検領域が多く、基準より少し低い数値でした。
- 検査待ち時間が長かったことを考慮したため、検査の流れがスムーズでした。
- アンケート結果は、「参加してためになった」、「良かった」が多かった。健康セミナーに参加したことがない方が14名来られていました。今回健康セミナーの予定表を配付したことで、毎月の健康セミナーの認知度も上がったのではないかと思います。今後も反省点を活かし、地域に貢献していきたいと考えます。



お疲れさま  
でした。

