



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



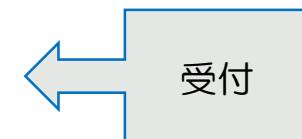
2024年

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！めさせ！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
	～おしつこは健康のバロメーター-おしつ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！いくつになんで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！いくつになんで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。





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

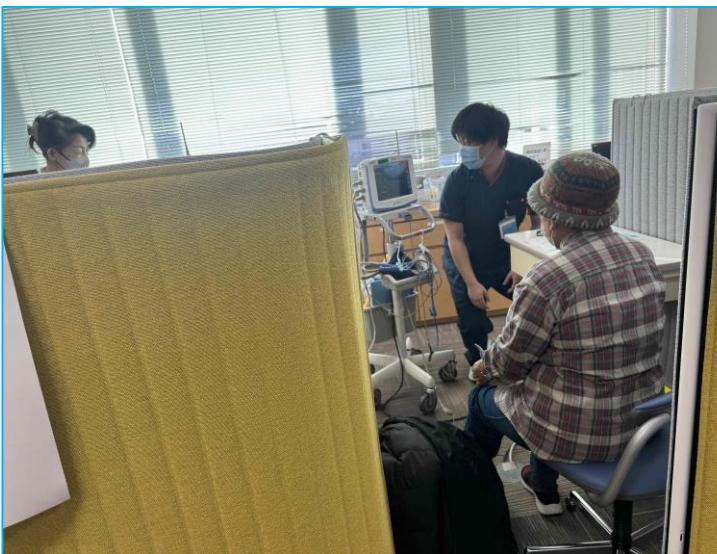


心電図モニター検査・簡易血糖検査・骨密度検査



・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」



② 「認知症の人人が見て
いる世界」



③ コグニサイズ
～頭と体を若返り～



内科医師：渡邊医師

看護師

理学療法士

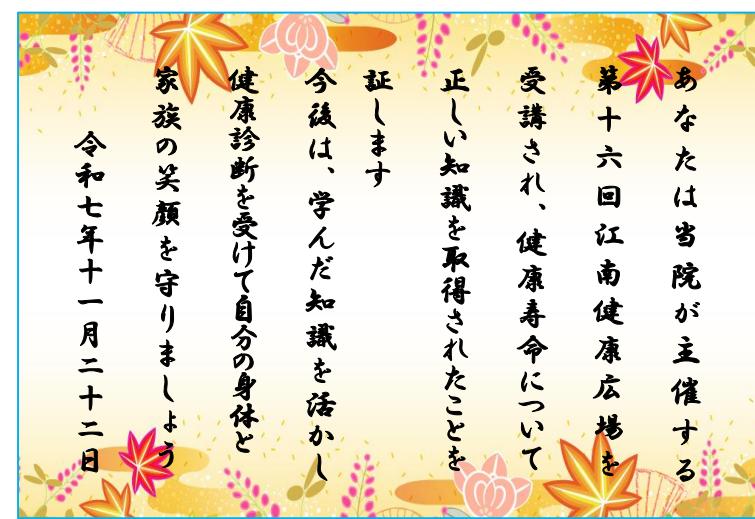
わたしの健康栄養手帳・健康診断紹介・認定書授与



- 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

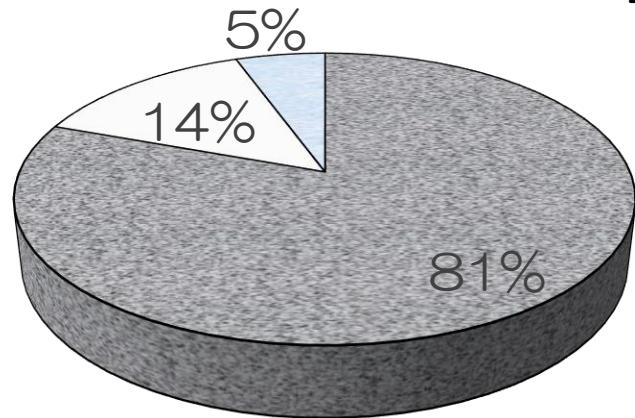


◆心電図モニター検査

・全員：整脈

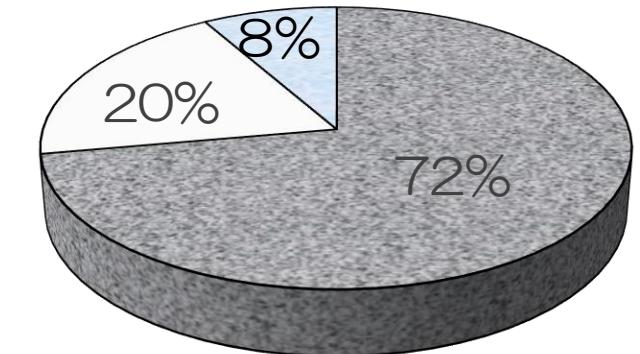
◆簡易隨時血糖検査

- 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

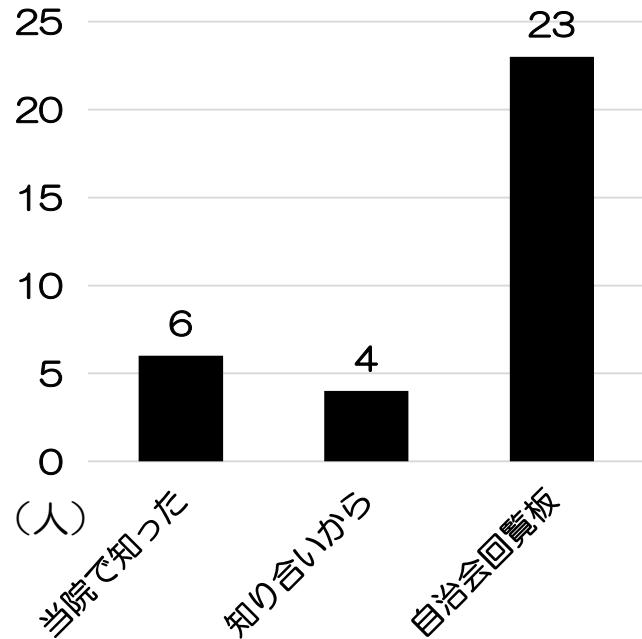
- 要精検領域 26名
- 要指導領域 7名
- 健康領域 3名



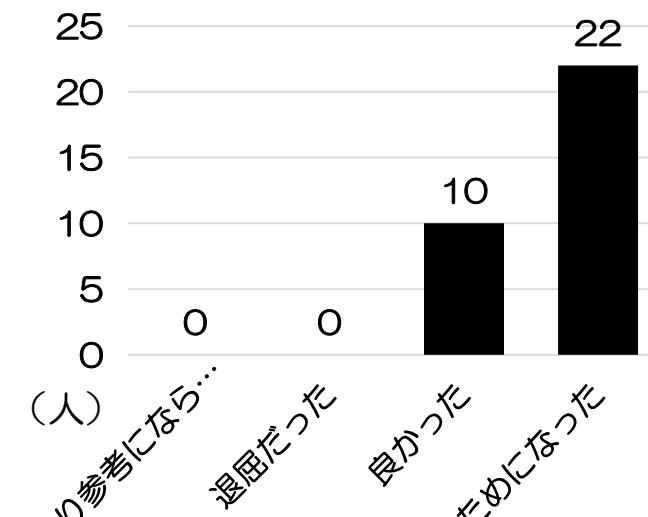
アンケート結果



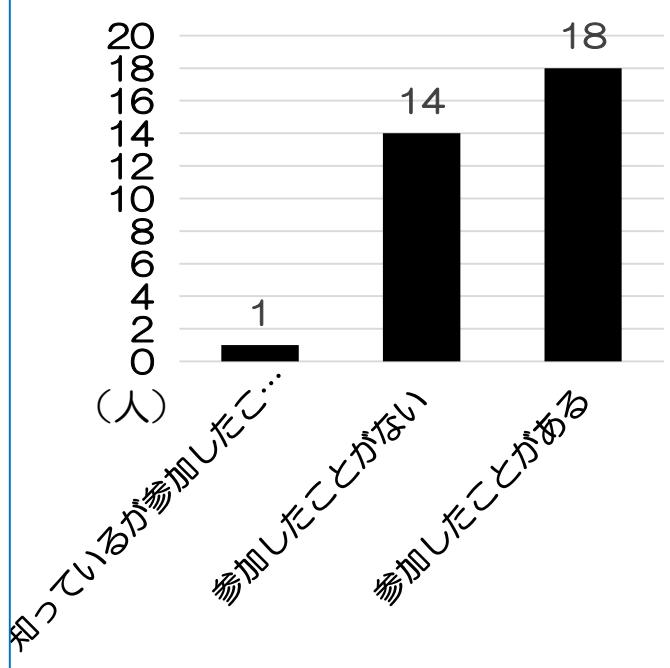
①江南健康広場はどこで
知りましたか？



②江南健康広場に参加
されていかがでしたか？



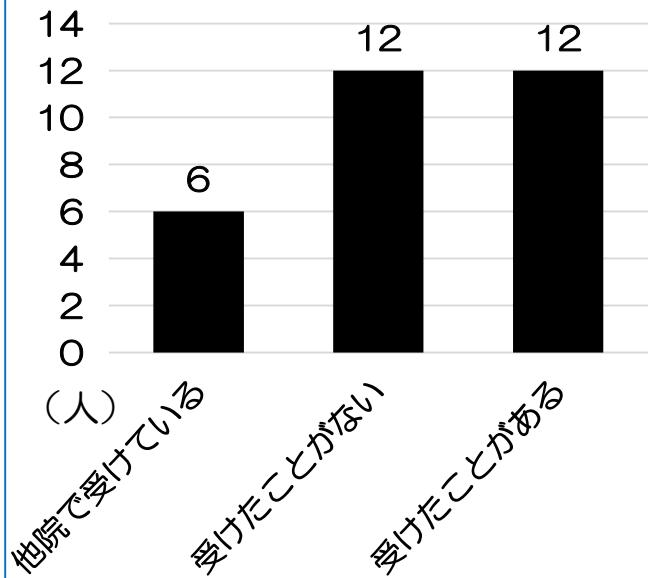
③健康セミナーに参加した
ことがありますか？



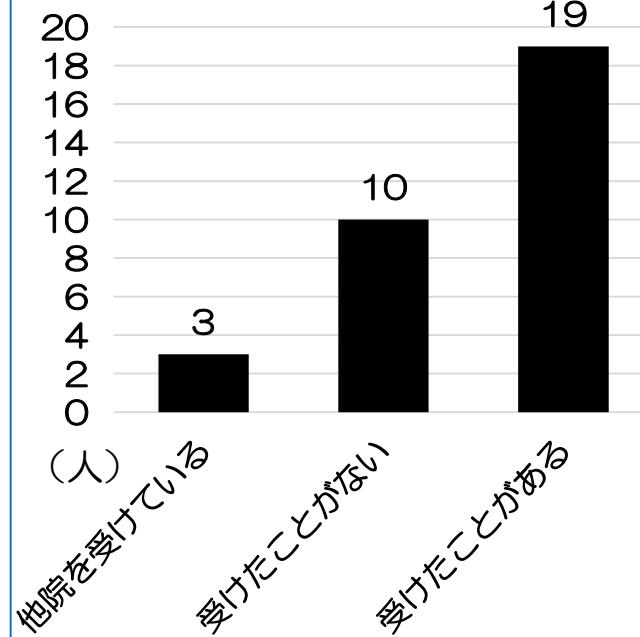
アンケート結果



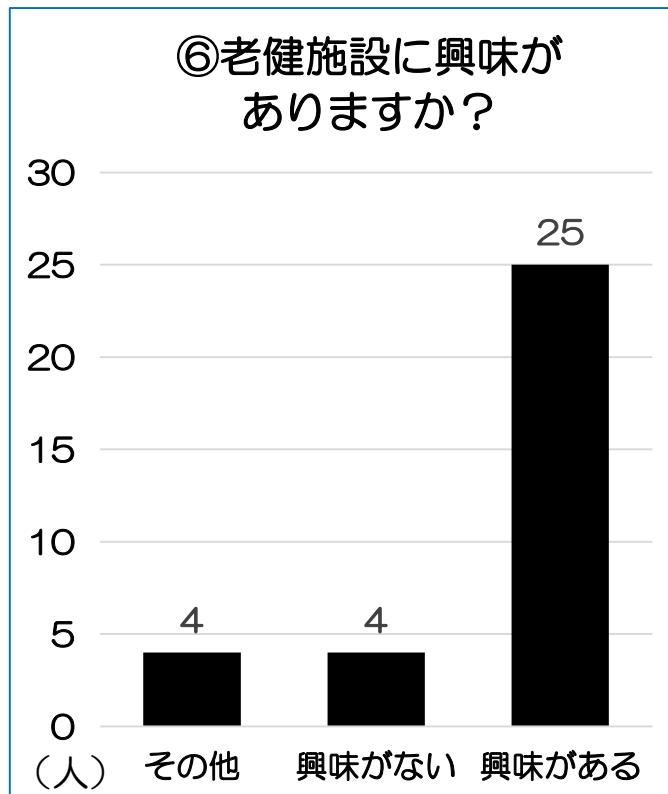
④当院の健診センターで健
康診断を受けたことが
ありますか？



⑤当院の外来を受けたこと
がありますか？

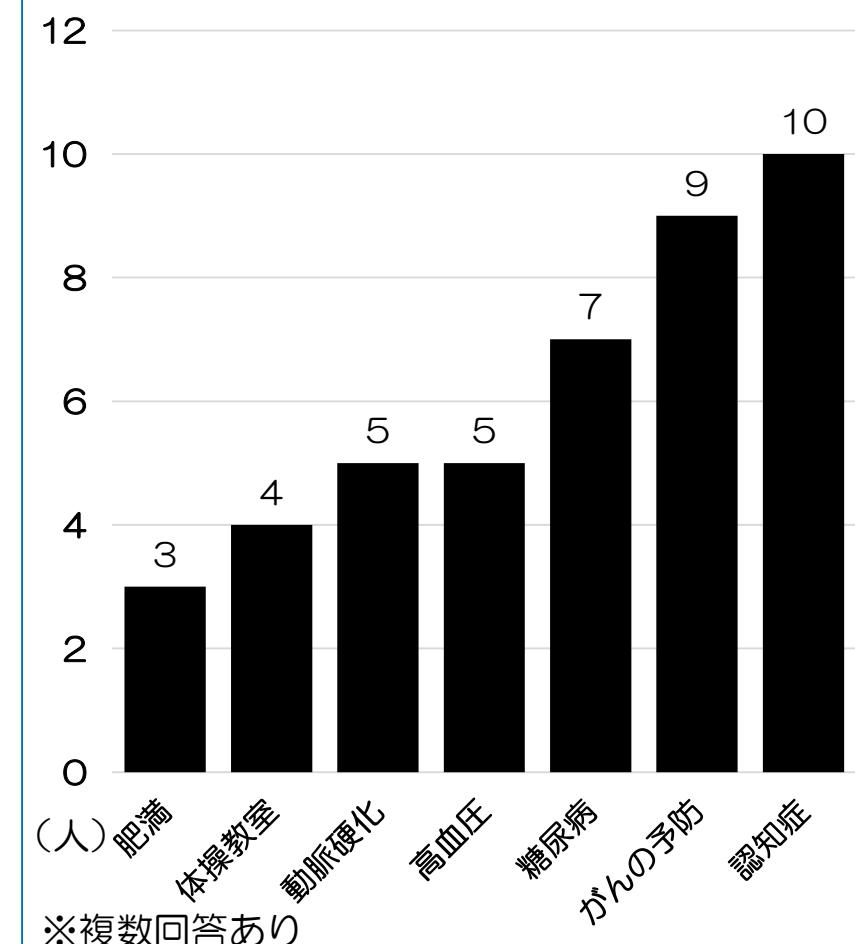


⑥老健施設に興味が
ありますか？



アンケート結果

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？



その他の意見

- ・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。
- ・検査がありますが、渡邊先生の講和も内容も話し方もよく楽しめます。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（救急車内で答える時）
- ・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。
- ・お話を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名で多かったです。参加地域は大淀地域（南町）の方が多い、知り合いの紹介、他の地域の方も来られていきました。
- ・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名来られていきました。今回健康セミナーの予定表を配付したこと、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われます。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。

