

# 健康チェックで今の体を知ろう！

## 名桜大学「やんばる版プロジェクト健診」

# 2025年度もとぶコホート健診

参加費  
無料

日程 2025.9.20土・21日

受付時間 7:00~10:00 (30分毎)

※一人あたりの所要時間は2時間程度

会場 もとぶ文化交流センター

対象者 本部町在住で40歳以上69歳未満の方

※2031年度まで2年ごと(2025年、2027年、2029年、2031年)に「もとぶコホート健診」にご参加いただける方

定員 300名(2日間)

測定項目 以下は、測定項目の一部です。他にもさまざまな検査を予定しています。

### 骨密度

骨の健康を把握するための検査で、骨に含まれるカルシウムなどのミネラル成分の量を測定します。

### 体組成測定

体の脂肪、筋肉、水分量など、体の構成要素を詳しく知るために行う測定です。

### ベジチェック

手のひらから日々の野菜摂取レベルを推定し、必要な栄養素をしっかりと摂れているかどうかを確認します。

### 脈波

血管の硬さや詰まりを調べる検査で、動脈硬化の進行度を把握できます。

### Eコー

超音波を使って、脂肪肝や動脈硬化の可能性を簡易的にチェックできます。

### 体力測定

握力、長座前屈、全身反応時間、10m最大歩行、開眼片足立ちなど、全8項目で身体機能を判定します。

### 体内糖化度検査

体内の老化物質であるAGEs(終末糖化産物)の蓄積量を測定し、老化の度合いを調べる検査です。

### 内臓脂肪

立位の状態で腹部に内臓脂肪計を巻き、腹囲周囲長及び内臓脂肪面積を測定します。

### 呼吸機能検査

肺の容量や空気の流れを測定することで、呼吸器の健康状態を把握します。

### その他

身長・体重、血圧、血液検査、尿検査、身体活動量、歩行データなどの測定や認知機能検査を行います。

## 「コホート」ってなに？

特定の集団を長期間追跡し、健康状態の変化を調査します。時間経過で健康指標や生活習慣の変化を記録し、要因が健康に与える影響を探ります。

## 病気のリスクを“見える化”

糖尿病や動脈硬化など、12の病気について、将来的に発症する予測モデルの開発を目指します。

## 将来はスマホでも健康管理

今後は、健診の結果をスマホアプリとつないで、自分の健康をもっとわかりやすくチェックできるようになる予定です。

注意：同じ会場にて沖縄県北部12市町村の在住の方(20歳以上65歳未満)を対象とした「やんばる健診」を開催します。申し込みの間違えのないようにお気をつけください。

## ご予約・お問い合わせはこちら

0980-51-1555 WEB予約

受付時間：平日9:00~17:00

主催：やんばる版プロジェクト健診事務局 名桜大学 地域連携機構  
後援：本部町



〒905-0212  
国頭郡本部町大浜874番地1

本部博物館前バス停から徒歩1分

駐車場あり(会場向かい)

