

# アクセスマップ

**住所** 大阪市北区大深町3-1  
グランフロント大阪北館タワーC 9F

**交通** 電車をご利用の場合  
JR線 大阪駅  
阪急電鉄 梅田駅  
阪神電車 梅田駅  
地下鉄 梅田駅(御堂筋線)  
東梅田駅(谷町線)  
西梅田駅(四つ橋線)

車をご利用の場合  
新大阪駅 約10分  
難波駅 約20分



## グランフロント大阪内での「健康科学イノベーションセンター」への経路



- 1 JR大阪駅中央北口から、グランフロント南館(タワーA)へ
- 2 2階を北館(タワーB)へ進んでください
- 3 タワーBエスカレーターで1階へ下りて、タワーC方向へ進んでください  
(エレベーターをご利用の方は「北2」エレベーターで1階まで下りてください。)

- 4 ナレッジプラザをタワーC方向に進むと、右前方に「タワーCオフィス入口」があります
- 5 「タワーCオフィス入口」を奥に進むと、AとBのエレベーターがあります
- 6 B(低層専用)のエレベーターで9階に上がってください
- 7 フロアを半周すると到着です

# 健康測定会

毎月  
第3水曜日開催

会場

大阪市立大学  
健康科学イノベーションセンター

<http://www.chsi.osaka-cu.ac.jp/>  
開催日程はホームページの「開所日カレンダー」にてご確認ください。

時間

10:00 ▶ 18:00

### 疲労度測定



### 各種測定



体成分  
分析測定  
静脈血圧  
血圧測定  
etc.

### プログラム



健康生活上  
関する  
セミナー  
etc.

主催

大阪市立大学健康科学イノベーションセンター  
認定NPO法人健康ラボステーション  
一般社団法人日本姿勢と歩き方協会

大阪市立大学健康科学イノベーションセンター、認定NPO法人健康ラボステーション、  
一般社団法人日本姿勢と歩き方協会は、ご自身の健康度を「見える化」することで、  
日々の健康維持・管理に役立てていただくことを目的に、毎月1回、各種測定機器による測定のほか、  
運動プログラム、ミニセミナー等を企画し、「健康測定会」を開催しています。

健康科学イノベーションセンター「健康見守り隊」会員様、または、  
健康ラボステーション・サービス会員様には、  
「健康測定会」だけの特典をご用意！  
「300円または500円の各種測定が4回無料で体験できる  
サービス券(有効期限1年間)」をプレゼントしております♪

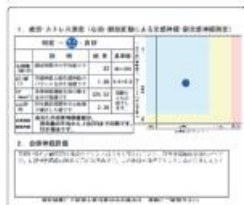
大阪  
市立大



### 疲労度(自律神経機能)測定

両手の指先をセンサーにあて、  
心電と脈波を計測・解析することで、  
自律神経機能の状態  
(活動度とバランス)を評価します。  
※不整脈の方は測定できません

測定5分  
500円



### セミナー

#### 健康に関するミニセミナー

管理栄養士による食や栄養に関するセミナーや、  
ウォーキング指導者による運動に関するセミナー  
など、毎回異なる内容で開催します。  
※予約不要、当日参加もできます。

実施時間: 15:15~16:00  
(45分)

無料



健康  
ラボ

### HQCチェック

約70項目の質問に答え、必要な栄養素や健康課題を数字やグラフで  
「見える化」します。  
※結果は医師が特定・診断したものではありません。

測定20分  
2000円



### コレステロール HbA1c測定

中指、又は、薬指側面を  
消毒後、穿刺器具で  
自己穿刺・採血します。  
※検査結果によって測定  
できない場合があります。

測定15分  
各1000円



### 体成分分析測定

年齢、性別、身長設定後、  
素足で機械に乗ります。  
「体脂肪率」「部位別筋肉量」  
「内臓脂肪レベル」など  
豊富な結果がでます。

測定5分  
500円



### 体内糖化度測定

腕を機械に乗せるだけで  
体内の蛋白質と糖の異常な  
結合により発生するAGEs  
(最終糖化生成物)を  
測定します。  
※採血なしでの測定

測定3分  
500円



### 超音波骨密度測定

素足を機械に乗せて測定します。  
同年齢の平均値と比べて  
骨密度が何%なのか  
表記されます。

測定5分  
500円



### 両腕血圧血流測定

両腕の血圧を同時測定し、  
左右差を測ります。  
また、血管・心臓を含めた  
循環系を流れる血液の  
状態がわかります。

測定5分  
500円



### 血流測定

左手薬指の末端の毛細血管の  
流れをモニターを通じて  
見ることができます。  
※採血なしでの測定

測定5分  
500円



### 筋力測定

転倒リスクや美しい  
ボディラインなどに関わる  
握力、足指力、内転筋、  
外転筋、膝下伸張力を  
測定します。

測定5分  
300円



歩き方  
協会

### ウォーキング教室

(定員6名)

年齢、性別を問わず、どなたでも参加できます。  
動きやすい服、靴でお越し下さい。  
(会場に更衣室はありません)

30分  
500円

要予約



### 歩行測定

センサー内蔵のベルトを腰に巻き歩くことで、  
歩行癖を発見し分析します。  
また、分析結果からインストラクターによる  
歩行のアドバイスをさせていただきます。  
歩行時の上下の振動や横揺れを改善し、  
足腰への負担を減らしましょう!

測定 &  
アドバイス  
10分  
500円



疲労度測定・会場へアクセスに関する問合せ  
大阪市立大学健康科学イノベーションセンター

TEL

06-6485-0288  
平日 10時~18時

各種測定・教室予約に関する問合せ  
認定NPO法人健康ラボステーション

TEL

06-6948-8015  
平日 10時~18時

FAX

06-6356-9779