

脳と心の健康チェック2021

日時: 2021年 12月11日(土)・12月12日(日)
2022年 2月12日(土)・2月13日(日)

※4日とも1日に3回(11:00～, 13:00～, 15:00～)開催します。

場所: 兵庫医療大学 地域連携実践ステーション (P棟2階)

定員: 1日9名(各回3名ずつ)

講師: 土江 伸誉(共通教育センター 心理学 講師)

体力の衰えや身体的な疲労は比較的自覚しやすいものの、認知機能(脳機能)の衰えや精神的な疲労には気づきにくいものです。パソコンとタッチパネルを使った簡単な認知課題(ゲーム課題)や心理テストを用いて、脳と心の健康状態をチェックしてみましょう。

- ※参加者にはご自宅に心理テスト(質問紙)をお送りします。回答して当日お持ちください。
- ※当日は、兵庫医療大学の学生が参加者ひとり一人に付き添い、認知課題(ゲーム課題)の実施や心理テストの結果説明をさせていただきます。所要時間は60～90分程度です。
- ※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、本企画を中止あるいはオンラインで行う代替企画に変更する場合があります。
- ※本企画は2019年度に実施された『脳と心の健康チェック』とほぼ同じ内容です。

★FAXかメールで下記までお申し込みください。

〒650-8530 神戸市中央区港島1-3-6
兵庫医療大学(地域連携担当)
FAX: 078-304-2713
メール: chi-ki@ml.huhs.ac.jp

お問い合わせ電話番号: 078-304-3013



- *氏名、性別、年齢、住所、連絡先、参加希望日時をお知らせください。
- *お申し込み後、ご参加いただける場合は、当日のご案内をお送りします。
- *当日はマスク着用でご参加ください。検温の結果によっては参加をお断りする場合があります。
- *お車でお越しの方は、駐車場の数に制限がありますので、事前にご連絡ください。
- *兵庫医療大学へのアクセス: 三宮よりポートライナー「みなとじま駅」下車西へ徒歩約10分。

実施予定の認知課題(ゲーム課題)と心理テスト(質問紙)

※参加者のみなさまのご希望に応じて、以下の課題と心理テストで脳と心の健康状態をチェックします。

◇ストループ課題

色と言葉の知覚と認知に関する機能を測定する課題です。

◇心的回転課題

頭の中に思い浮かべた画像イメージを回転させる能力を測定する課題です。

◇系列反応課題

行動や思考をスムーズに制御する能力を測定する課題です。

◇短期記憶(作業記憶)課題

数字の順番や場所を短い時間覚えておく機能(作業記憶)を測定する課題です。

◆ラザルス式ストレスコーピングインベントリー

ストレスへの対処能力や対処傾向について測定する質問紙です。

◆VOL(Valuation of Life)尺度

将来について前向きな展望や明るい気持ちを持っているかを測定する質問紙です。

◆GHQ(The General Health Questionnaire)精神健康調査

精神的・身体的な健康状態について測定する質問紙です。

◆CES-D(The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)

抑うつ的な気持ちの程度について測定する質問紙です。

===== FAXでお申し込みの方は下記をご利用ください =====

兵庫医療大学 社会学連携推進機構 2021年度 地域交流プロジェクト

「脳と心の健康チェック2021」参加申込用紙

ふりがな		性別	年齢
お名前		男・女	歳
ご住所	〒 -		
電話番号	() -		
メールアドレス	@		
参加希望日時 □にチェック(☑)を入れてください。 複数回答可。	12/11(土)の □ 11:00-12:30 □ 13:00-14:30 □ 15:00-16:30 12/12(日)の □ 11:00-12:30 □ 13:00-14:30 □ 15:00-16:30 2/12(土)の □ 11:00-12:30 □ 13:00-14:30 □ 15:00-16:30 2/13(日)の □ 11:00-12:30 □ 13:00-14:30 □ 15:00-16:30 ※複数☑していただいた場合はこちらで指定させていただきます。		
通信欄			

(FAX送信先 078-304-2713)