

# 脳と心の健康チェック2025

**日時:** 2025年 12月 6日(土), 7日(日)

**場所:** 兵庫医科大学神戸キャンパス

地域連携実践ステーション(P棟2階)

**定員:** 1日あたり9名(※11:00~, 13:00~, 15:00~の各回3名ずつ)

**講師:** 土江 伸啓(リハビリテーション学部 心理学 講師)

体力の衰えや身体的な疲労は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。タッチパネルを使った簡単な認知課題(ゲーム課題)や心理テストで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、兵庫医科大学の学生が参加者ひとり一人に付き添い、認知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。  
※本企画は2019~2024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  
兵庫医科大学神戸キャンパス(地域連携担当)

◇FAX: 078-304-2713

◇メール: chi-ki@ml.hyo-med.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。
- \*お車で越しの方は、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。
- \*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と心理テスト

◇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します。

◇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(空間認知)を測定します。

◇系列反応課題

行動・動作や思考をスムーズに制御する能力を測定します。

◇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を測定します。

◆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確認します。

◆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確認します。

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

抑うつ的な気持ちの程度について確認します。

◆NEO-FFI(Five Factor Inventory)

神経症的傾向や外向性等のパーソナリティを構成する5つの特性を測定します。

===== FAXでお申し込みの方は下記をご利用ください =====

兵庫医科大学 2025年度 地域交流プロジェクト

## 「脳と心の健康チェック2025」参加申し込み用紙

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	12/6(土) <input type="checkbox"/> 11:00-12:30 <input type="checkbox"/> 13:00-14:30 <input type="checkbox"/> 15:00-16:30 12/7(日) <input type="checkbox"/> 11:00-12:30 <input type="checkbox"/> 13:00-14:30 <input type="checkbox"/> 15:00-16:30 <input type="checkbox"/> にチェック(☑)を入れてください。 複数回答可。				
通信欄	※複数にチェックいただいた場合はこちらで指定させていただきます。				

(FAX送信先 078-304-2713)