

2022 年 10 月 13 日
東日本旅客鉄道株式会社
高 崎 支 社

熊谷駅にて実証実験「すこやかライフ応援ステーション」を実施します

JR 東日本高崎支社では、沿線のみなさまのすこやかなくらしを支えるサービスの創造を目指しています。このたび、身体機能測定、健康維持講座などの健康維持活動支援サービスを提供する「すこやかライフ応援ステーション」を JR 東日本熊谷駅に実証実験として期間限定で開設し、お客さまの健康維持活動の支援拠点としての鉄道駅の有用性を検証します。

期間中に実施する講演会や測定会、講座等はすべて無料で体験できます。さらに、地域を知り、地域を歩くことでご自身の健康づくりにつなげるために、鉄道でのおでかけや駅ビルでのお買い物をおトクに楽しめる JRE POINT 活用相談会も実施しますので、ぜひご参加ください。

「すこやかライフ応援ステーション」

各種講演会や測定会、講座は、一部を除きお電話での事前予約制で実施します。

1. 開設期間

2022 年 11 月 3 日(木・祝)～11 月 26 日(土)

開設期間中の火・木・金・土曜日の 10:00～15:00 にご利用いただけます。

2. 場所

(1)講演会 熊谷駅ビル・アズ本館 6 階「Place Hall」

(2)測定会・講座等 JR 東日本熊谷駅改札外ニューデイズ隣(北口側階段隣)

3. 実施内容

(1) 講演会

①「早めに知ろう！アルツハイマー病と、その予防」

講 師 学習院大学理学部教授 高島明彦氏

日 時 11 月 3 日(木・祝)13:30～14:30 予定

会 場 熊谷駅ビル・アズ本館 6 階「Place Hall」

定 員 30 名

お申込み方法 電話での事前予約制

(空席がある場合に限り会場での当日参加可)



高島明彦氏

②「人生 100 年時代 すこやかに過ごすために今できること」

講 師 (地独)東京都健康長寿医療センター

高齢者健康増進事業支援室研究部長 大淵修一氏

日 時 11 月 5 日(土) 13:30～14:30 予定

会 場 熊谷駅ビル・アズ本館 6 階「Place Hall」

定 員 30 名

お申込み方法 電話での事前予約制

(空席がある場合に限り会場での当日参加可)



大淵修一氏

(2) 測定会

① 「“健康長寿度”を知ろう！『お達者健診 PLUS™』(※1)

「運動・口腔・認知・栄養・社会」の5機能から健康長寿度を測定します。
測定結果はその場でお渡しします。

日 時 11月5日(土)、8日(火)、19日(土)、22日(火)

受 付 10:00～14:30

定 員 各日50名 電話での事前予約優先



お達者健診PLUS™実施イメージ

② 「アルツハイマー病の超早期サインを見つける！高島式 VR 測定」(※2)

アルツハイマー病の「超早期のサイン」を見つける高島式 VR 測定を実施します。

日 時 11月11日(金)、12日(土)、25日(金)、26日(土)

受 付 10:30～14:30

定 員 各日16名 電話またはWEBサイトから事前予約をした方のみご利用可能

※ご利用の際はメールアドレスをご登録いただきます。

(3) 健康維持講座・相談会

① 「みんなで楽しく続けよう！すこやかエクササイズ」

なかなか運動習慣が続かない…という方にぴったりの、仲間と一緒に取り組むエクササイズです。

日 時 11月15日(火)、18日(金) 10:30～、13:30～ (各日2回)

定 員 各回10名 電話での事前予約優先

② 「声と言葉を鍛える健康朗読講座」(1回60分)

声と言葉を鍛えて、健康寿命を延伸する朗読プログラム、「健康朗読講座」を実施します。

全4回、各60分の講座は、毎回ご参加いただいても、1回だけのご参加でも楽しめる内容です。

日 時 11月10日(木)、15日(火)、17日(木)、24日(木) 10:30～11:30

定 員 各回10名 電話での事前予約優先

③ 「健口(けんこう)トレーニング体験会」(1回30分)

声をしっかり出すことで、口腔機能を鍛え、健康寿命を延伸する「健口トレーニング体験会」を実施します。

体験会は1回30分です。お買いものの合間など、すき間時間でお試し参加いただけます。

日 時 11月10日(木)、15日(火)、17日(木)、24日(木) 13:00～、14:00～ (各日2回)

定 員 各回16名 電話での事前予約優先



「声と言葉を鍛える健康朗読講座」、
「健口(けんこう)トレーニング体験会」
イメージ

④ 「よろず健康相談」

日頃の健康・栄養や服用しているお薬のこと等を含めて、健康全般に関する相談ができます。

日 時 11月8日(火)、10日(木)、22日(火)、24日(木) 受付 10:00～14:30

※電話での事前予約優先

⑤ 写真で簡単管理！健康管理アプリ「カロミル」(※3)使い方講座

日々の食事内容を、スマホの写真などから手軽に記録し、エネルギー、脂質、塩分などの栄養素データを簡単に可視化することができる健康管理アプリ「カロミル」の使い方講座を実施します。

日 時 11月4日(金)、17日(木)、18日(金)、19日(土) 受付 10:00～14:00

※予約不要

⑥ おトクにおでかけ！お買いもの！JR 東日本のサービス活用相談会

おでかけを通じて健康を目指していただけるよう、JRE POINT や大人の休日倶楽部など、駅員による、JR 東日本のサービスをおトクに活用するための相談会を実施します。

日 時 11 月 11 日(金)、18 日(金) 11:00～14:00

※予約不要

4. ご予約方法、お問合せについて

講演会、測定会、一部の健康維持講座等のご予約方法

(1) 電話によるご予約

受付電話番号 0120-852-180 (平日・土曜 10:00～17:00 受付)

受付期間 2022 年 10 月 15 日(土)～各実施日前日まで

※講演会、測定会、各種講座のお申し込みは先着順で承ります。

※電話によるご予約が優先ですが、一部の講座や測定会は、会場でも予約や当日の参加を受け付けますので、スタッフまでお声がけください。

(2) 各種お問合せ

受付電話番号 0120-852-180 (平日・土曜 10:00～17:00 受付)

受付期間 2022 年 10 月 15 日(土)～11 月 29 日(火)



(3) ご案内 WEB サイト

講演会、測定会、講座等について WEB サイトでもご案内しています。

高島式 VR 測定は WEB サイトからもご予約できます。

<https://sukoyaka-o-en22.com/>

ご案内 WEB サイト

5. 実証実験について

JR 東日本では、グループ経営ビジョン「変革 2027」において、生活における「豊かさ」を起点として駅のあり方を変革し、駅を“つながる”「暮らしのプラットフォーム」へと転換することを目指しています。

本実証実験は、下表のとおり、熊谷市の後援をいただき、各者の協力のもと、JR 東日本研究開発センターフロンティアサービス研究所による「超高齢社会における地域の課題解決と駅の役割変革の両立に関する研究開発」の一環として行うものです。

名称	役割
熊谷市	後援
一般社団法人 熊谷市医師会	告知協力
一般社団法人 健康長寿支援センター	「お達者健診 PLUS™」運営補助
有限会社げんごろう(言語朗)	口腔機能維持向上講座運営補助
株式会社さとゆめ	実証実験企画運営補助
TOS 健康企画	健康相談会運営補助
株式会社タニタ	健康測定運営補助
MIG 株式会社	高島式 VR 測定 運営補助
ライフログテクノロジー株式会社	健康管理アプリ講座運営補助
立正大学ボランティア活動推進センター	学生ボランティア協力
JR 東日本スポーツ株式会社	エクササイズ講座運営補助
高崎ターミナルビル株式会社	健康管理アプリ向けデータ提供、会場運営補助

※協力各者五十音順

6. ご利用にあたって

- (1) 体調が優れない方、新型コロナウイルス感染症の疑いがある方は、ご来場をお控えください。
また、ご来場時はマスクの着用、検温、アルコールによる手指消毒をお願いします。
- (2) 新型コロナウイルス感染拡大状況により、実施内容を変更・中止する場合があります。
その際は、ご予約いただいた方に別途ご連絡します。
- (3) ご利用時に簡単なアンケートに答えていただきます。
- (4) 測定等の結果は全てご本人にお渡しします。会場では保管しません。

(※1)「お達者健診PLUS™」は(地独)東京都健康長寿医療センターにより商標登録出願中です。

(※2)高島式VR測定の結果は、医学的な判断ではなく、MIG社の独自アルゴリズムによる判定であり参考結果となります。

(※3)「カロミル」はライフログテクノロジー株式会社の登録商標です。

「測って、知って、すこやかな暮らし」

すこやかライフ 応援ステーション

参加 11.3(木)～11.26(土)

会場 熊谷駅 (熊谷駅南口・熊谷駅北口・熊谷駅西口)

特別無料講演会 (11/3)

会場 アズホール (Azu Hall)

早めに知ろう! アルツハイマー病と、その予防

11/3(木) 13:30～14:30

講師 大澤 氏

人生100年時代 すこやかに過ごすために 今できること

11/5(土) 13:30～14:30

講師 大澤 氏

ここだけ! 特別無料体験 (11/5)

会場 熊谷駅南口・熊谷駅北口・熊谷駅西口

「健康長寿」を知ろう! お達者健診PLUS™

11/5(土)、11/8(月)、11/19(土)、11/22(火)

会場 熊谷駅南口・熊谷駅北口・熊谷駅西口

アルツハイマー病の超早期サインを見つける! 高島式VR測定

11/11(土)、11/12(日)、11/25(土)、11/26(日)

会場 熊谷駅南口・熊谷駅北口・熊谷駅西口

お問い合わせ・お申し込み先 0120-852-180

会場 熊谷駅南口・熊谷駅北口・熊谷駅西口

会場 熊谷駅南口・熊谷駅北口・熊谷駅西口

※画像はイメージです。