

10月20日(日)「無料で健康チェック！」を開催

～生活動線上で健康へのアプローチ～

【概要】

北海道大学、株式会社アークス、株式会社ラルズ、株式会社ツルハ及び札幌市の五者が進めるウェルネス推進プロジェクト「H-ARTs (ハーツ)」では、「楽しく健康チェックができる環境と、健康について気軽に学ぶことができる機会づくり」を目的としたプログラム「無料で健康チェック！」第6回目を2024年10月20日(日)にスーパーアークス北24条店で開催します。

今回は、北海道大学大学院保健科学研究院の小笠原克彦教授が「脚の筋力とバランス測定」を行うほか、「骨健康度測定」、「脳年齢測定」及び推定野菜摂取量が測定できる「ベジチェック®」を実施します。また、こうした健康チェックの測定結果について相談できるブースや、札幌市北区第1地域包括支援センターによる「高齢者の介護相談」、札幌市北区介護予防センター新道南が「簡単！健康状態チェックブース」を設けます。さらに、北海道キリンビバレッジ株式会社と江崎グリコ株式会社にご協力いただき、免疫ケア飲料の試飲コーナーや、ゲーム感覚で糖質について学べるクイズと糖質＆塩分OFFの商品をご紹介いただく「糖質＆塩分OFFブース」を設置します。

【名 称】 無料で健康チェック！

【日 程】 2024年10月20日(日) 10時00分～16時00分

【場 所】 スーパーアークス北24条店 1F 及び 2F (札幌市北区北24条西9丁目1-1)

【主 催】 北海道大学、株式会社アークス、株式会社ラルズ、株式会社ツルハ、札幌市

【協 力】 札幌市北区第1地域包括支援センター、札幌市北区介護予防センター新道南、北海道キリンビバレッジ株式会社、江崎グリコ株式会社

【対 象】 一般市民

【参加費】 無料



前回開催 (8/18 (日)) の様子

【「H-ARTs」プロジェクト概要】

2023 年に開始した、健康で持続可能な地域社会づくりへの貢献を目指すウェルネス推進プロジェクトです。北海道大学（大学院保健科学研究院、サステナビリティ推進機構 SDGs 事業推進部門）、株式会社アークス、株式会社ラルズ、株式会社ツルハ及び札幌市が五者一体となって活動しています。
* H-ARTs は、ウェルネスを推進するために、Health Care（ヘルスケア＝健康）に Art（アート＝芸術）的な思考や、それぞれの術（わざ）を用いて新しい価値を創造するという意味で、本連携の枠組みと活動の総称です。このプロジェクトは、SDGs の 3、4、11、17 に貢献するものです。



お問い合わせ先

北海道大学サステナビリティ推進機構 SDGs 事業推進部門

T E L 011-706-4606 F A X 011-706-4884 メール sdg@faculty.hokudai.ac.jp

U R L <https://www.sustainability.hokudai.ac.jp/>

北海道大学大学院保健科学研究院（小笠原研究室）

T E L 011-706-3409 メール oga@hs.hokudai.ac.jp

U R L <https://oga911.wixsite.com/oga-lab>

株式会社アークス サステナビリティ推進室

T E L 011-530-1040 F A X 011-530-1010 メール arcs-sustaina@arcs-g.co.jp

U R L <https://www.arcs-g.co.jp/>

配信元

北海道大学社会共創部広報課（〒060-0808 札幌市北区北 8 条西 5 丁目）

T E L 011-706-2610 F A X 011-706-2092 メール jp-press@general.hokudai.ac.jp

株式会社アークス サステナビリティ推進室（〒064-8610 札幌市中央区南 13 条西 11 丁目 2-32）

T E L 011-530-1040 F A X 011-530-1010 メール arcs-sustaina@arcs-g.co.jp

無料で

健康チェック!

日々の生活
見直しませんか? //

2024年

10月20日 日 10:00-16:00

会場

スーパーアークス北24条店 1F・2F

札幌市北区北24条西9丁目1番1号



1F 催事スペース

zaRitz(ザリッツ)または骨健康度測定のどちらかを
実施してアンケートにお答えいただくと、
キリン「おいしい免疫ケア」をプレゼント!

**足の筋力と
バランス測定**
zaRitz(ザリッツ)※
イスから
立ち上がるだけ

※zaRitzは(株)タニタの運動機能分析装置です



骨健康度測定

手首で
測定!



試飲コーナー
(イミューズ ヨーグルトテイスト)

プラズマ乳酸菌の働きで、健康な人の
免疫機能の維持をサポート。
飲みやすく続けやすい、免疫ケアの
ヨーグルトテイスト飲料「キリン
イミューズ ヨーグルトテイスト」の
試飲をご用意しております。



協力:北海道キリンビバレッジ株式会社

2F コミュニティホール 他

ベジチェック®(野菜摂取量測定)または脳年齢測定の
どちらかを実施してアンケートにお答えいただくと、
**SUNAOビスケット<発酵バター>とSUNAOビスケット
<クリームサンド>アーモンド&バニラの試供品をプレゼント!**



ベジチェック®
(野菜摂取量測定)
センサーに約30秒
手を当てるだけで推
定野菜摂取量を測定



**脳年齢
測定**

画面を見ながらタッチ!



糖質&塩分 OFFブース

糖質が低いメ
ニューを考える
クイズに挑戦!
また、塩分OFF
と糖質OFFの
商品をご紹介します。



協力:江崎グリコ株式会社

お気軽にお立ち寄りください

結果相談

測定結果をもとに、薬剤師より
生活習慣などのアドバイスを
させていただきます。

高齢者の介護相談お伺いします

介護や福祉等、様々な制度や地域の
サービスについての相談をお受けします。

協力:札幌市北区第1地域包括支援センター

簡単!健康状態チェックブース

簡単な質問票で現在の健康状態を
チェックしてみましょう。

協力:札幌市北区介護予防センター新道南

お問い合わせ先 (株)アークス サステナビリティ推進室 電話:011-530-1040(受付時間:平日10時~17時)



北海道大学
HOKKAIDO UNIVERSITY



ARCS



株式会社 ラルズ
RALZE



ツルハドラッグ
"ツルハドラッグ"



SAPPORO
ウェルネス

主催:北海道大学、株式会社アークス、株式会社ラルズ、株式会社ツルハ、札幌市