

「無料で健康チェック！」の2025年の定期開催が決定

～第一弾は3月9日（日）にハカル・タベル・ウゴクをテーマに開催～

【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、健康で持続可能な地域社会づくりへの貢献を目指して2023年から「無料で健康チェック！」（以下、本プログラム）を合計6回開催してきました。

これまでに、延べ1,400人以上の方々に参加いただき、回を重ねるごとに、満足度やリピート率が向上しているだけでなく、参加された方の健康意識の醸成につながる可能性が示唆されました。

そこで、さらなる健康な地域社会づくりに向けて、本プログラムを2025年も定期開催をすることを決定しました。

2025年の第一弾となる3月9日（日）は、従前実施の「脳年齢測定」、「骨健康度測定」及び推定野菜摂取量が測定できる「ベジチェック®」に加え、新たにエア・ウォーター・ライフサポート株式会社にご協力いただき、身体のゆがみチェックと自分にあった運動ができる「TANO（タノ）」を体験いただけます。

また、大塚製薬株式会社による「大人の栄養バランス診断&試飲ブース」や札幌市北区介護予防センター新道南による「認知症予防ブース」のほか、健康チェックの結果について薬剤師に相談できる「結果相談ブース」と管理栄養士がアドバイスを行う「栄養相談」ブースを設置します。さらに、北海道キリンビバレッジ株式会社にご協力いただき、免疫ケア飲料の試飲をご用意します。

【名 称】 無料で健康チェック！

【日 程】 2025年3月9日（日）10時00分～17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）

【対 象】 一般市民

【参加費】 無料



2024年開催の様子

【2025 年の開催スケジュール】

開催日	テーマ	協力（順不同）
① 3月9日（日）	  	エア・ウォーター・ライフサポート株式会社、大塚製薬株式会社、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
② 6月1日（日）	  	エア・ウォーター・ライフサポート株式会社、札幌市北区第1地域包括支援センター、北海道コカ・コーラボトリング株式会社、森永乳業北海道株式会社
③ 8月24日（日）	  	エア・ウォーター・ライフサポート株式会社、大塚製薬株式会社、キューピー株式会社、札幌市北区介護予防センター新道南
④ 10月26日（日）	  	エア・ウォーター・ライフサポート株式会社、札幌市北区第1地域包括支援センター、札幌ヤクルト販売株式会社

※上記の内容は予告なく変更する場合がありますのでご了承ください。

※いずれも参加対象は一般の方々。参加費用は無料。会場は全てスーパーアークス北 24 条店（札幌市北区北 24 条西 9 丁目 1-1）の 1F 催事スペース及び 2F コミュニティスペースにおいて実施。

【「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所、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!

2025年 **3月9日** 日 10:00-17:00 (最終受付16:45予定)

※当日の混雑状況によっては、開催時間中であっても受付を締め切る場合がございますので、お早めにお越しください。

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



①～④のうち**2つを測定**して、アンケートにお答えいただくと
「おいしい免疫ケア」と「カロリーメイトブロック バニラ味」を
プレゼント! ※測定が1つの場合のプレゼントは、どちらかひとつになります。



1F催事スペース

① 脳年齢測定

画面を見ながら
タッチ!



2Fコミュニティホール他

② 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

③ TANO



(姿勢測定と簡単な運動)
立ったままで姿勢測定。
体のゆがみチェックと、
お客様にあった運動を実施

協力: エア・ウォーター・ライフサポート株式会社

④ 骨健康度測定



手首で測定!
超音波測定で
骨の健康をチェック

1F催事スペース

大人の栄養バランス 診断&試飲ブース

昨日食べた食事の栄養バランスを診断!
3度の食事で十分な栄養が摂れない時に
便利なカロリーメイトゼリーが試飲できます。



協力: 大塚製薬株式会社

試飲ブース

健康な人の免疫機能維持をサポートするプラズマ乳酸菌配合飲料のご紹介!

1Fではすっきりとした甘さの「キリン イミューズ ヨーグルト テイスト」、2Fでは水のようにゴクゴク飲める「キリン イミューズ 免疫ケアウォーター」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

栄養相談

お客様の食生活に関するお悩み事など、
管理栄養士よりアドバイスをさせていただきます。

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。

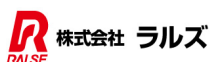
認知症予防ブース

脳トレや、地域の集いの場を紹介します。
ご相談もお気軽に!

協力: 札幌市北区介護予防センター新道南

お気軽に
お立ち寄り
ください

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)



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