

「無料で健康チェック！」第二弾を開催

～ウゴク・ハカル・タベル・トトノエルがテーマ～

【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7回開催しています。

2025年の第一弾となった3月9日（日）には過去最高となる364人の方々に参加いただき、参加者の96%が健康への意識が高まったと回答しました。また、参加された方の約8割が開催を事前に把握した上で来場されており、健康づくりを目的として行動が喚起されていることが示唆されました。

第二弾となる6月1日（日）は、ウゴク・ハカル・タベル・トトノエル*をテーマに、従前実施の「脳年齢測定」、「骨健康度測定」、推定野菜摂取量が測定できる「ベジチェック®」及び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、森永乳業北海道株式会社による「腸年齢チェック」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」を設置します。さらに、北海道コカ・コーラボトリング株式会社にご協力いただき、リラクゼーションドリンク「CHILL OUT」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6月1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）
【対 象】 一般市民
【参加費】 無料



2025年第一弾（3月9日）の様子

*ウゴク・ハカル・タベル・トトノエル

札幌市が推進する「さっぽろウェルネスプロジェクト」が提案する市民の健康意識の醸成及び健康的な行動促進に向けた（4つの）テーマです。

【「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。



【取材申込】 6月1日（日）に実施する「無料で健康チェック！」の取材をしていただける方は、別紙にご記入のうえ、5月29日（木）17時までに、メールまたはFAXにて北海道大学サステナビリティ推進機構へお送りください。

メール：sdg@faculty.hokudai.ac.jp

F A X：011-706-4884

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



2025年 **6月1日** 日 10:00-16:00 (最終受付)

※午前中は特に混みます。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
「毎朝爽快」と「い・ろ・は・す天然水」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!



協力: 森永乳業北海道株式会社

2Fコミュニティホール他

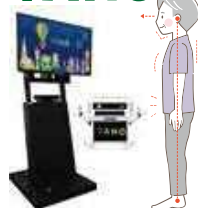
② ベジチェック®



(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

協力: エア・ウォーター・ライフソリューション株式会社

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・ライフソリューション株式会社

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



腸年齢チェックテスト

「生活習慣」「食事」「トイレ」について、普段の生活で当てはまるものにチェックするだけで簡単に腸年齢がチェック可能。腸内環境改善のための自社商品のご紹介や食生活の改善ポイントもお伝えします。



協力: 森永乳業北海道株式会社

CHILL OUT試飲ブース

4つのリラクゼーションサポート成分(テアニン・GABA・ヘンプシードエキス・ホップエキス)を配合。カフェインゼロなので寝前にも飲むことができ、睡眠サポート飲料として最適なCHILL OUTをご紹介します。



1F

協力: 北海道コカ・コーラボトリング株式会社

高齢者の生活相談ブース

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

お気軽に
お立ち寄り
ください

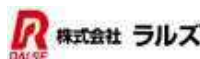
2Fコミュニティホール

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させていただきます。



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