

## 「無料で健康チェック！」を開催

～アクセルとブレーキの踏み間違い防止など安全運転に向けたグッドドライバー・チェックを実施～

### 【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！」を2024年5月19日(日)にスーパーアークス北24条店で開催します。このプログラムは2023年5月の開始以来、約750人の方々にご参加いただいています。

今回は、「脳年齢測定」や「骨健康度測定」などの健康チェック及び「高齢者についての総合相談窓口」を設けるほか、北海道味の素株式会社と連携し、運動・食事両面から普段の生活の中で簡単に健康を意識できる活動「だけ活」をご紹介します。さらに、2FコミュニティホールではNPO法人グッドドライバー・レッスン\*とともに、「安全」かつ「快適に」カーライフを楽しんでもらうために押さえておくべきコツや、「運転に役立つ」ポイントをお伝えする「グッドドライバー・チェック」を実施します。

【名称】 無料で健康チェック！

【日程】 2024年5月19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】 NPO法人グッドドライバー・レッスン、札幌市北区第1地域包括支援センター、北海道味の素株式会社、株式会社宝幸

【対象】 一般市民

【参加費】 無料

### ※NPO法人グッドドライバー・レッスン

“安全な運転”のための知識や技術に加えて、運転に必要な身体機能や認知機能などを学ぶ機会として、若者からお年寄りまでが参加できる体験型レッスンを開催しています。

5月19日(日)のグッドドライバー・チェックでは、安全に運転するためのセルフチェックやアクセルとブレーキの踏み間違い防止体操及び75歳以上の方の運転免許の更新に必要な認知機能検査を体験できます。



過去に実施した体操の様子

## 【「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 事業推進本部）、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](mailto: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](mailto: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 [r-fuchigami@arcs-g.co.jp](mailto:r-fuchigami@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](mailto: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 [r-fuchigami@arcs-g.co.jp](mailto:r-fuchigami@arcs-g.co.jp)