

日々の生活見直しませんか？

無料で健康チェック！

5月19日(日)
10:00-16:00

会場：スーパーアークス北24条店
(札幌市北区北24条西9-1-1)

1階 催事スペース・2階

健康度の測定と相談



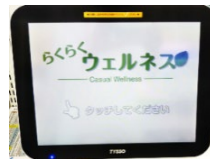
素敵なプレゼント！ 骨健康度測定、脳年齢測定またはベジチェック後、アンケートにお答えいただくと北海道味の素(株) & (株)宝幸から素敵な**プレゼント**がございます！

骨健康度測定



手首で測れる

脳年齢測定



画面を見ながらタッチ

ベジチェック®



推定野菜摂取量を測定

だけ活

運動、食事の両面から普段の生活の中で簡単に意識できる活動「だけ活」をご紹介します

協力：北海道味の素(株)

高齢者についての総合相談

介護や福祉などさまざま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

2階 コミュニティホール

「身体」と「愛車」の定期点検 グッドドライバー・チェック

素敵なプレゼント！ ご参加いただいた方にはもちろん HOKOのさば缶をプレゼント！

二次元コードからお申込みください。

申込締切
5/15(水)

GOOD DRIVER レッスン

高齢ドライバーの方をはじめ、若者からファミリーまで「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」ポイントをお伝えします

各回定員24名。45分間。開始15分前より受付
①11:00 ②13:00 ③14:00 ④15:00



事前申込された方を優先的にご案内いたします。お席に空きがある場合は当日のご参加も可能です。

協力：NPO法人グッドドライバー・レッスン

お問い合わせ (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)

「無料で健康チェック！」は、北海道大学、(株)ツルハ、(株)アークス、(株)ラルズ及び札幌市が実施するウェルネス推進プロジェクト「H-ARTs」のプログラムです



北海道大学
HOKKAIDO UNIVERSITY



ツルハドラッグ



株式会社ラルズ

SAPPORO

主催：北海道大学、株式会社ツルハ、株式会社アークス、株式会社ラルズ、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