

# 『すこやか健康調査』

## 自分の健康をのぞく？

### 健康習慣のススメ

1年間まるごと追跡！

最新のお知らせ 2021.03.31 ご協力ありがとうございました

お知らせ一覧

### 参加者募集！

自分の食生活、大丈夫だろうか...? しばらく健康診断受けていないなあ... どうしてお腹がすっきりしないのだろうか... 睡眠状態どうなってるかな... DNA検査を受けてみたい

**検査費用のご負担はありません！**  
会場への交通費は自己負担となりますので予めご了承ください。

### 動画視聴によるオンライン説明会(第1、第2クール共通)

**申込締切り 4月30日(木)まで延長**

**説明方法** 当センターより送付する同意説明文書とあわせて、ご自宅でオンラインによる動画説明(YouTube)をご視聴いただきます(来場する必要はありません)。※動画が視聴できない方はお申込みの際にご相談ください

**同意説明確認** 5月10日(金)まで完了いただきます。

**実施期間** 5月14日(木)～5月16日(土) 5月28日(木)～5月30日(土)

**健康調査実施月**

**第1クール 前期(夏)の調査**  
1回目来所 5月14日(木)～16日(土)・23日(土)  
2回目来所 6月4日(木)・5日(金)・7日(日)・14日(日)

**第2クール 前期(夏)の調査**  
1回目 6月11日(木)～6月13日(土)  
2回目 7月2日(木)～7月4日(土)

※後期(冬)の調査は11～1月を予定しています。日程詳細は調査開始前に改めてお知らせいたします。

※新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、健康調査の実施を延期・中止させていただく場合があることをご了承ください。

**募集終了**

### 第1クール

**申込締切り 4月13日(月)まで**

**説明会** 4月16日(木) 札幌市東区南一条1丁目1番1号 健康情報科学センター 1F

**実施月** 5月14日(木)～5月16日(土) 5月28日(木)～5月30日(土)

**後期(冬)の調査** 11～1月予定  
※後期日程開催前に改めてお知らせいたします

**募集終了**

### 第2クール

**申込締切り 4月24日(金)まで**

**説明会** 5月8日(金) 札幌市東区南一条1丁目1番1号 健康情報科学センター 1F

**実施月** 6月17日(水)～6月20日(土) 7月1日(水)～7月4日(土)

**後期(冬)の調査** 11～1月予定  
※後期日程開催前に改めてお知らせいたします

**募集終了**

### 調査内容

アンケート 健康診断 採血・採尿・排便 日常生活における心拍測定 睡眠時の脳波測定

### 調査対象

札幌近郊に居住、または勤務する日本人の成人男女であればどなたでも参加できます！

※但し、大きな疾病のある方は参加できません。

### 参加メリット

さまざまな検査結果をコメント付きでGET！

睡眠時脳波測定 遺伝子解析  
腸内フローラ検査 心拍測定  
食事調査

管理栄養士から食事・栄養のアドバイスetc...

**まずは会員登録を！**

### 参加のお申込み

- 以下の方法にてお申込みください。
  - Webから 参加申込は会員登録後、[会員ページ](#)から！
  - FAX 説明会参加FAX申込書(PDF)をダウンロード 申込書に記入しFAX
  - お電話から 電話番号 011-385-4430 (受付時間 平日 9～17時)
- 参加の可否についてメール、FAXまたはお電話で4営業日以内にご連絡いたします
- 説明会にご参加いただけます。

前期(夏)、後期(冬)それぞれ2回ずつ来場していただきます。

**前期 夏 5～7月** **後期 冬 11～1月**

前前期 それぞれで... 1回目来場 血液検査、身体計測など 1週間 自宅中心拍・脳波測定 & アンケート記入 2回目来場 食事調査など

設定日の中から都合の良い日を選べます

<b>会場</b> での実施内容	●血圧測定 ●身体計測 ●採血 ●尿・便提出 など	<b>家庭</b> での実施内容	●持ち帰り測定(7日間) ●心拍・脳波 ●アンケート記入
------------------	------------------------------------	------------------	------------------------------------

### すこやか健康調査の流れ

- 一般的な健康診断項目以外に、次のようなチェックを行います。
- 心拍、脳波測定** 睡眠の質や、睡眠の質に影響する自律神経のバランスをチェック！手軽な装置を使って、日常生活の中で計測できます。
  - 遺伝子検査** 個人の体質や生活習慣病に関係する遺伝子のタイプをチェック！遺伝子を解析することで個人の体質や健康リスクを知ることができます。
  - 腸内フローラ検査** お腹の中に住んでいる菌の種類と割合をチェック！ご家庭で便を専用容器に採っていただきます。
  - 食事調査** 1日分をしっかりと記録する方法と1年間を振り返る方法、両方でチェック！

**まずは会員登録を！**

「すこやか健康調査」は、内閣府の主導する「戦略的イノベーション創造プログラム(SIP) [スマートバイオ産業・農業基盤技術]」において「食を通じた健康システムの確立による健康寿命の延伸への貢献」(代表研究機関：国立研究開発法人 農業・食品産業技術総合研究機構)が採択され、北海道情報大学及び国の研究機関や民間企業が共同で実施する取組みです。

本調査で行う血液検査を含む一般の健康診断のほか腸内細菌の種類や割合(腸内フローラ)、睡眠の質、食事などの得られたデータを食と健康との関係性の解明などを目的とした研究に使用します。

●戦略的イノベーション創造プログラム：内閣府 総合科学技術・イノベーション会議が司令塔機能を発揮して、府省の枠や旧来の分野の枠を超えたマネジメントに主導的な役割を果たすことを通じて、科学技術イノベーションを実現するために創設されたプログラムです。

**何よりも健康な未来づくりのために!!**

お申込み・お問合せ

北海道情報大学 健康情報科学センター 〒069-8585 北海道江別市西野59番2 「すこやか健康調査」直通 TEL.011-385-4430