

健康関数<sup>®</sup>を用いた  
世界初の総合的健康度評価で  
人生 100 年時代の健康をデザインします

# 健康経営検診<sup>®</sup> のご案内

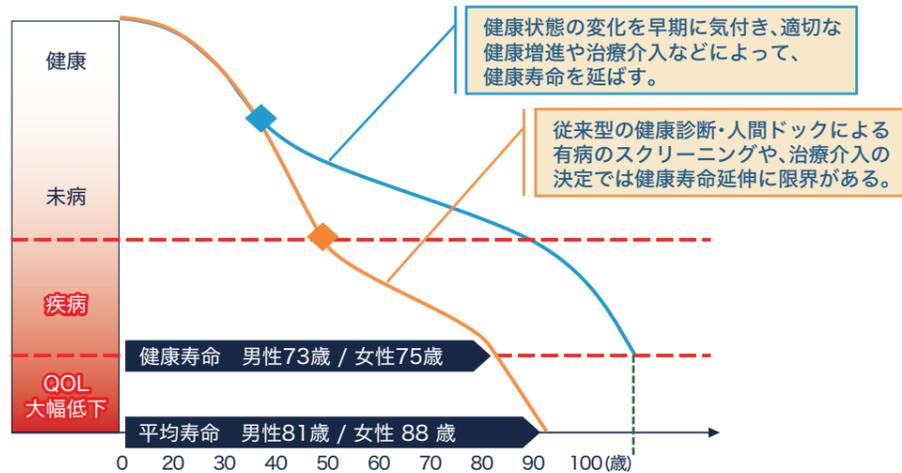
# “病気を早期に発見する”だけでない、 “健康度を総合的に可視化する”ための 「健康経営検診<sup>®</sup>」

## 働くすべての人の健康度を、健康関数<sup>®</sup>で最大化

人生100年時代、経営者や従業員一人ひとりの心身の健康度を総合的に分析し、健康をできる限り最大化していくことが、組織全体のwell-beingにつながります。従来の「健康診断」や「人間ドック」では、病気の早期発見に主眼が置かれていました。しかし、健康寿命をさらに伸ばしていくためには、病気になる前の段階、つまり「健康・未病」の状態も含めて、すべての人たちの心身の健康度をトータルに見える化していくことが大切です。私たちが独自に開発した「健康関数<sup>®</sup>」というアルゴリズムによって新しく定義された総合

的健康度、日常活力度を全方位的に、精緻に評価し、一人ひとりの健康度の現在地を科学的に分析する。それが「健康経営検診<sup>®</sup>」です。企業で働く一人ひとりが自らの健康度の現在地を知り、ありたい自分に近づくためにどう進めばよいかを把握することで、職場での活力の向上や、さらなる働きやすさに向けた取り組みへとつながるでしょう。結果として、組織全体の持続可能な健康経営が実現します。

### 健康関数<sup>®</sup> 導入による健康寿命の延伸の実現



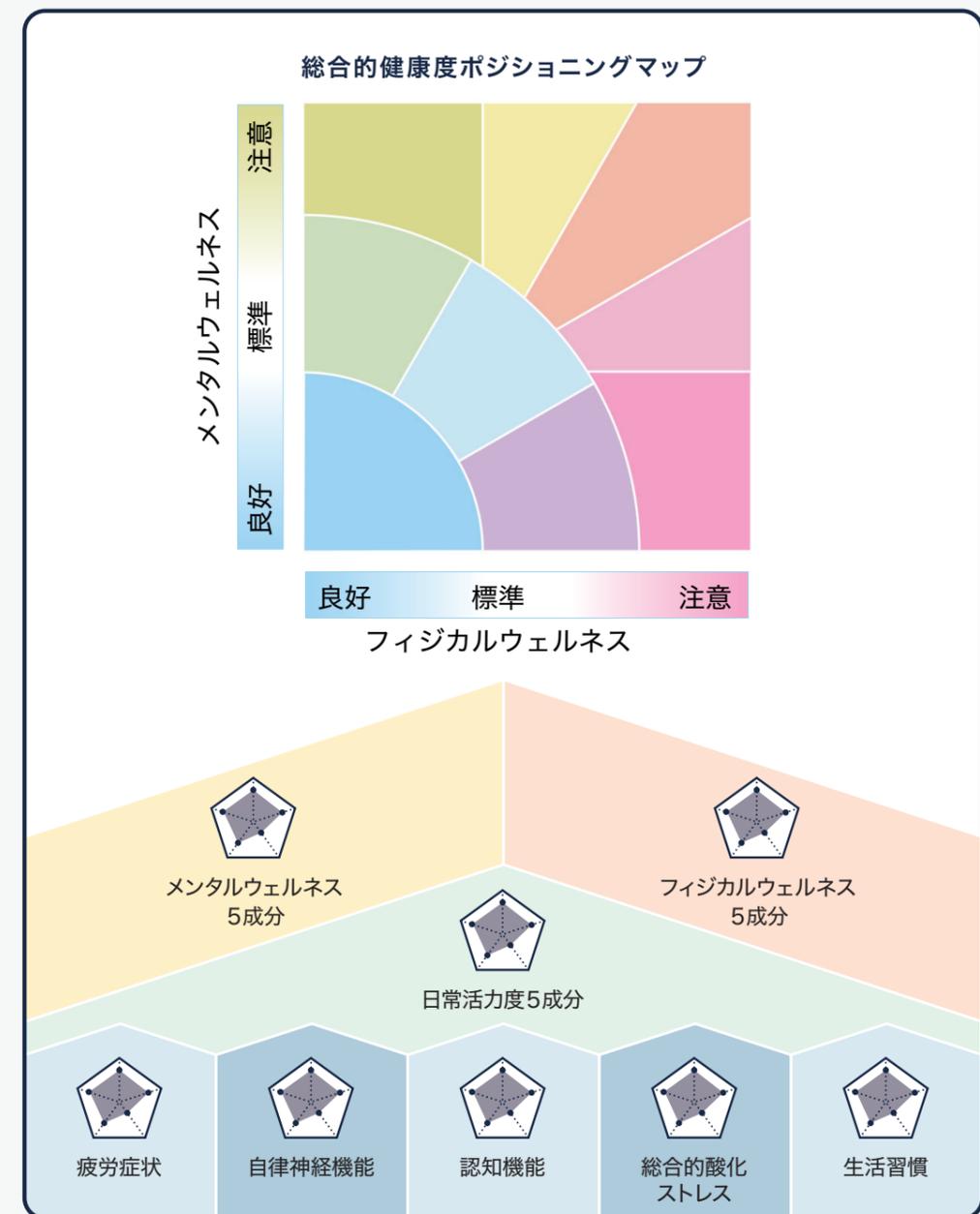
### 「健康関数<sup>®</sup>」とは？

日常生活や職場での「健康・未病」状態を網羅的に評価するために開発したマーカー群と、それを評価するための世界初の新たなアルゴリズムのこと。人間ドックなどの通常の有病スクリーニング指標に加えて、「健康・未病」状態を評価するために、認知機能・自律神経機能・メンタルウェルネス・睡眠状態や抗酸化力・免疫力・栄養状態といった指標なども組み入れて、あらゆる人の総合的健康度と日常活力度の可視化を実現しました。

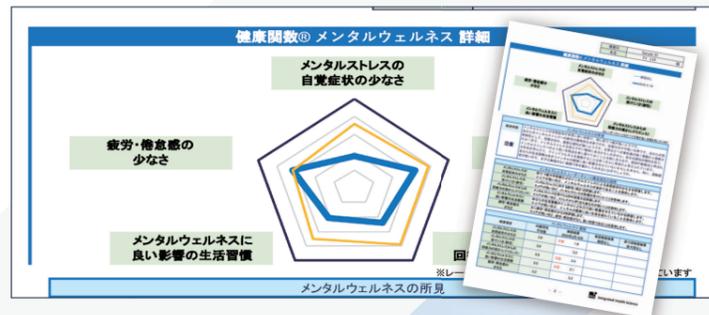
# 健康関数<sup>®</sup>によって 全身の状態や機能を定量化し、 複合的な指標で可視化

健康度の現在地をメンタルウェルネスとフィジカルウェルネスの2軸で表現する総合的健康度ポジショニングマップ、さらに、2軸と複合的・相互的に作用し合う日常活力度や酸化ストレス度などの細分化した指標を、それぞれレーダーチャートで

可視化します。「有病」のスクリーニングだけでなく、「疲労」の度合いや、「感情」認知の偏り、「抗酸化力」の高さなど、一人ひとりの心身の健康状態を、日常の連続性の中で精緻に分析します。



健康関数<sup>®</sup> メンタルウェルネス



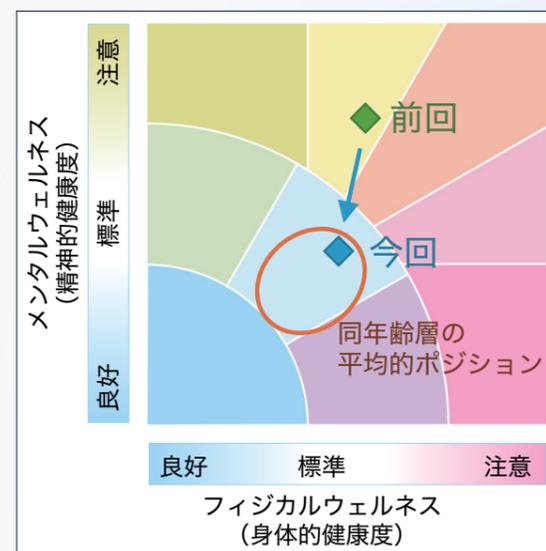
メンタルウェルネスは健康の重要な要素です。その一方で、定量的に評価することが難しく、その影響はしばしば見過ごされがちです。健康経営検診<sup>®</sup>では、多様な計測データを健康関数<sup>®</sup>に基づいて分析し、メンタルストレスの自覚症状や耐性、回復力の高さや疲労・倦怠感の強さを数値化して、メンタルウェルネスの状態を視覚化します。

健康関数<sup>®</sup> フィジカルウェルネス



肝機能や腎機能、血糖値や血圧といった検査項目に加えて、酸化ストレス度や生活習慣など、フィジカルウェルネスに関与する要素を健康関数<sup>®</sup>に基づいて分析し、スコアに反映させます。「総合的酸化ストレス度」(右下参照)は、体内にダメージを与える「酸化ストレス値」の高さと、このストレスから身体を防御する「抗酸化力」とのバランスによって導き出されます。従来の個別の検査項目だけでは評価できないフィジカルウェルネスを、多次元的要素から定量的に指標化します。

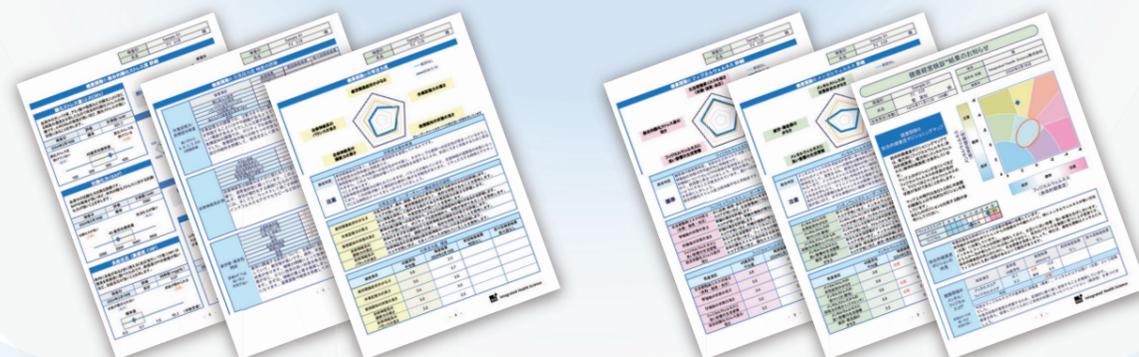
健康関数<sup>®</sup>に基づいたメンタルの健康度、日常などをレーダーチャート総合的健康度の現在地出します。



分析によって、フィジカル・活力度、酸化ストレス度で可視化、一人ひとりの(ポジショニング)を導き

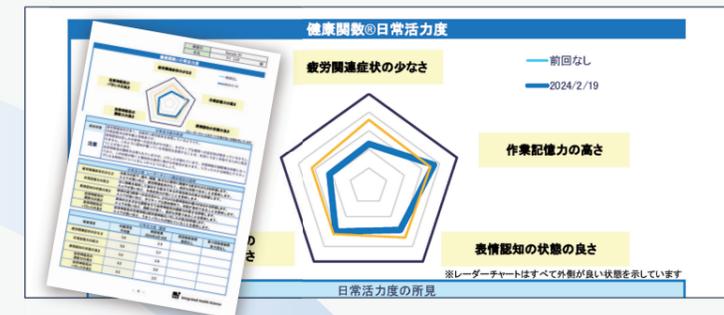
総合的健康度  
ポジショニングマップ

健康関数<sup>®</sup>によって導き出される受診者の総合的健康度の現在地をマップ上で示しています。縦軸が「メンタルウェルネス(精神的健康度)」を、横軸が「フィジカルウェルネス(身体的健康度)」を表現しています。縦軸では「低いほど」、横軸では「左に行くほど」、それぞれの健康度が良好であることを示しています。マップ上の楕円形は、受診者と同じ年齢層で「健康な人」の平均的ポジションを表します。自分が平均に近い位置にいるのか、あるいはどの方向に外れているのかなど、自身の健康度を把握する際の参考にもなります。



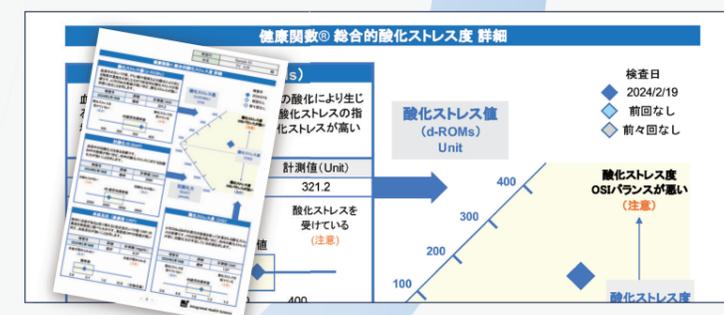
それぞれの分析結果を、詳細な所見とともに結果表(レポート)にまとめます。

健康関数<sup>®</sup> 日常活力度



仕事などの緊張を伴う時間と、オフタイムのリラックスした時間の往復が、私たちの日常に活力をもたらします。この切り替えには、自律神経が身体さまざまな機能を適切に調節する必要がありますが、この調節がうまく働かなくなると慢性的な疲労につながる可能性が高まります。さらに、さまざまな感情表現への反応による「感情認知」の偏りや、作業記憶力の高さなど、心身のさまざまな働きを定量的に評価し、「日常活力度」として可視化します。

健康関数<sup>®</sup> 総合的酸化ストレス度



「酸化ストレス度」を総合的に評価するための主な指標は「酸化ストレス値」と「抗酸化力」です。たとえ酸化ストレス値が高くても、体内の抗酸化力が高ければ、酸化ストレスによる組織へのダメージは比較的抑えられる可能性があります。逆に、抗酸化力が低い場合、酸化ストレス値が少し上がるだけでも酸化によるダメージが悪化しやすくなります。酸化ストレスは多数の重要な細胞部品をサビつかせるとともに、体内の炎症反応を起こして慢性化させることがあり、慢性的な炎症は心血管疾患や糖尿病、癌などのさまざまな疾患のリスクを高める要因となりえます。

## 健康経営検診®を、ご自身の健康度の改善に役立てていただくために

### 自分の「総合的健康度」と「日常活力度」を科学的に理解する

まず、「総合的健康度ポジショニングマップ」と、「フィジカルウェルネス」「メンタルウェルネス」「日常活力度」「酸化ストレス度」などのレーダーチャートから、ご自身の心身の現在地を把握しましょう。人間ドックや健康診断で実施される疾病のスクリーニング検査において、あらゆる数値が正常の範囲内だとしても、自律神経のパワーとバランスが崩れ

ていたり、酸化ストレスに抗う力が落ちて生体修復力が低下していたりと、自覚のないまま未病の入口に立っていることがあります。ご自身の健康度の低下のトリガー（最初の兆候）がどこにあるのかを科学的に見極めていくことが、ありがたい自分に近づくための最初のステップです。

### 自分に合ったソリューションを探し出す

健康度の低下のトリガー（最初の兆候）を見極めたら、日々の生活スタイルや仕事環境の見直しなど、

進むべき方向を見極めて、できることから改善していきましょう。

#### ■例えば……

健康関数®による分析	心身に起きていること	改善のためにできること
自律神経のパワー不足やアンバランス	交感神経と副交感神経それぞれの機能低下とその調節がうまく機能していない	生活のメリハリをつける、睡眠環境の改善、良質な休養
抗酸化力の不足	体内の酸化が進み、多数の細胞部品がサビついている	食生活の改善、サプリメントによる抗酸化成分補充
認知機能の低下	毎日の仕事や頭を使うことに支障をきたす	脳トレーニング、頭の使い方の工夫
慢性的な炎症状態	問題のある細胞機能低下を免疫系が感知しシグナルを発している	免疫力強化の食品やサプリメントを摂る

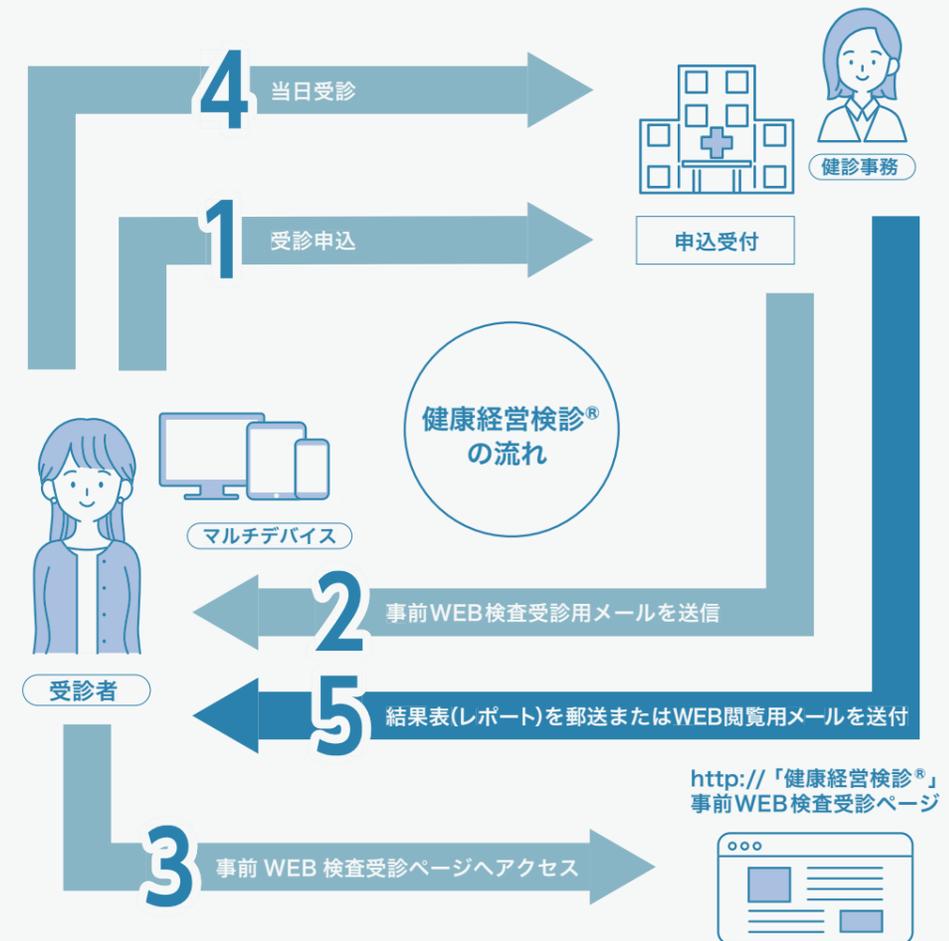
### 持続的な受診によって、ささいな変化も見逃さない

健康経営検診®を受けていただくに際して大切なのは、定期的な受診で健康関数®による分析を継続していくことです。それにより、各レーダーチャートのスコアの低下は一時的なものだったのか、あるいは慢性的にその状態が続いているのか、あるいは急激に悪化しているのかなど、健康度の推移を総合的に把握することが可能になり、健康度低下の

兆しを見逃すことなく、個々人の健康度を最大化することにつながります。また、スコアの改善状況を知ること、前回の受診以降のソリューションが効果を発揮しているのか、あるいはさらなる対策が必要な段階にあるのかなどを判断することができ、キメの細かなケアが可能になります。

健康経営検診®は、通常の「人間ドック」や「健康診断」の追加オプションとして受診していただきます。企業団体や個人による事前の申込が必要です。

- 1 受診者が健診施設へ受診申込
- 2 健診施設の業務委託先のIntegrated Health Science社から受診者に事前WEB検査受診用メールを送信
- 3 受診者が事前WEB検査受診ページにアクセスし回答を入力
- 4 当日、健診施設にて受診
- 5 受診後、健診施設か健診施設の業務委託先より結果表（レポート）を郵送またはWEB閲覧用メールを送付



当日は、人間ドックや健康診断のこれまでの検査に加えて、一部の血液検査と計測機器やタブレットによる自律神経機能計測、認知機能計測、体組成計測などが追加されます。所要時間はコースにより約20～40分前後です。

検診の結果は、本人の同意がない場合、会社など第三者に情報開示、共有される事は一切ありません。本人の同意がある場合には、所属する会社の健康経営の更なる向上につなげるために、検診結果データを匿名ないし仮名加工したうえで事業者と共有します（なお労働安全衛生法に基づくストレスチェックとは取り扱いが異なります）。事前WEB検査の前に同意に関する案内がありますのでご確認ください。

## 会社概要

会社名	Integrated Health Science株式会社 インテグレートドヘルスサイエンス株式会社
所在地	本社：神戸市中央区伊藤町110-2神戸ポートビル旧居留地7階 計測デモ&R&D拠点：大阪市北区大深町6-38 グラングリーン大阪北館JAMBASE5階
設立	2023年11月20日
事業内容	健康増進・疾病予防といった 健康ソリューションの健康関数 <sup>®</sup> 計測評価サービス事業 健康経営検診 <sup>®</sup> サービス事業 健康経営支援サービス事業 健康関数 <sup>®</sup> 計測バイオマーカー開発事業 上記に関するコンサルティング及び研究開発 ・マーケティング支援サービス事業

URL: <https://integhs.jp>

問い合わせ先

Integrated Health Science株式会社

TEL: 090-7816-6226

Email: [contact@integhs.jp](mailto:contact@integhs.jp)