

チェック付きオンライン健康予防研修

『Fucho care』ご紹介

～健康にプラスアルファの安心を～



HQC TOKYO 会社概要

HQC TOKYOは世界で初めて未病の見える化を実現し、
『健康からパフォーマンスを向上する会社』です。

社名	株式会社HQC TOKYO
代表者	代表取締役CEO 花高 凌
事業拠点	東京都港区芝浦 3-15-1
設立年月日	2018年6月



花高 凌 代表取締役CEO

1992年生まれ、京都出身。

iPS細胞の基礎研究が行われた奈良先端科学技術大学院大学を卒業。大学院ではがん治療への応用を目指した微生物の遺伝子工学関連の研究を行う。研究の末、治療よりも予防こそが重要であることに気づき、未病産業創出にむけて株式会社HQCTOKYOを設立。

- 2015年 滋賀県立大学生物資源管理学科卒
植物遺伝学専攻（イネの品種改良関連）
- 2017年 奈良先端科学技術大学院大学バイオサイエンス科卒
システム微生物学専攻（大腸菌の遺伝子工学関連）
- 2017年 某ベンチャー企業勤務
健康食品新規ブランドの企画・開発
- 2018年 株式会社HQC TOKYO設立 代表取締役CEO（現職）

こんなお悩みございませんか？

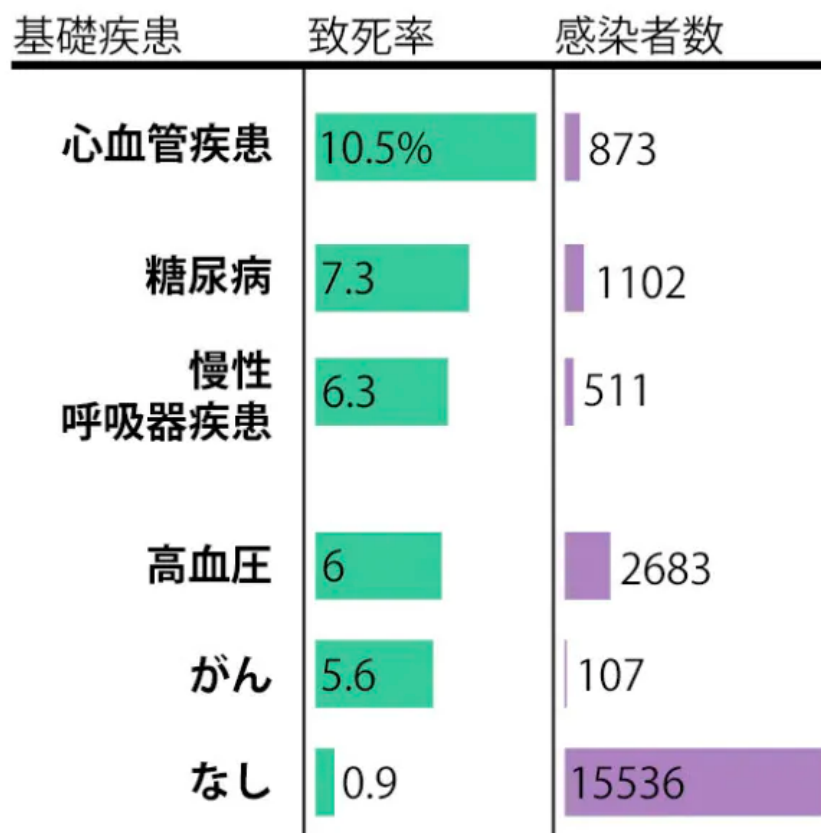
- ✓ リモートで働く従業員の体調が心配だ
- ✓ 健康診断はしてるが、あまり意味を感じない
- ✓ 従業員のための福利厚生の利用率が低い
- ✓ 明らかに食習慣が悪い従業員がたくさんいる



生活習慣病は会社にとっても大きなリスク

基礎疾患別 新型コロナウイルス感染症の致死率

中国CDCは4万4600人の感染確定者の半数弱を対象に基礎疾患の有無を調べた。



出典：WHO

**基礎疾患を持っている方は
致死率が圧倒的に高い**

**基礎疾患のある従業員は
会社にとって大きなリスク**

手遅れになる前に、未病状態で気づくことが大切です

健康診断やストレスチェックだけでは
イエローゾーンへのアプローチは**困難**です



世界で初めて”未病”の見える化を
実現した特許技術が **HQCチェック®** です

HQCチェック®とは

たった5分の自覚症状の問診だけで カラダとココロの潜在的なリスクを即時見える化



HQCチェック®の分析結果

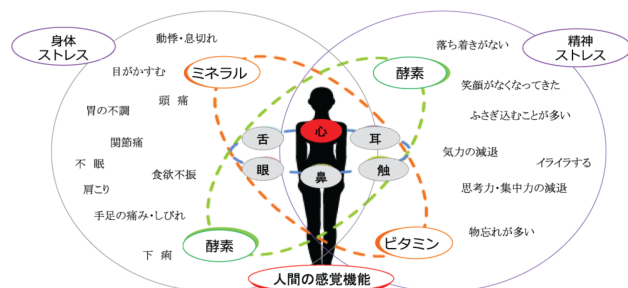
hanataka 様

2020年05月11日実施分

あなたのカラダとココロが発信している未病としての警告サイン（自覚症状）を検知し、未病度を判定いたしました。

あなたの未病度は **4** です

※「未病度」とは未病の状態から病気への進捗度合いを1～5の数値で示し、数値が高いほど病気に移行する段階が高まることを表します。



あなたが申告された自覚症状を疾病リスクの前段階症状としてとらえ、約8億（810,881,280）アイテムのデータベースに基づいて分析・分類・解析いたしました。



（未病度）0 → 1 → 2 → 3 → 4 → 5

今や、全ストレス社会といっても過言ではありません！

「身体ストレス」と「精神ストレス」が解消されず、慢性化傾向となっている事が体内への栄養素の吸収力、代謝力を低下させ、摂取された栄養素が体内で有効活用されていない状態につながり、体内酵素がムダに消耗される事が考えられます。

.....

③ あなたの未病としての警告サイン（自覚症状）を検知し、カラダとココロの元気を算出しました。

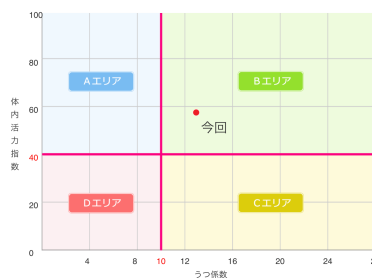
● あなたのカラダの元気度（体内活力指数）は、**58%** です。

※ 数値が高ければ高いほどカラダの元気度が上がります。40%未満は生活習慣の改善が必要です。
※ 疾病傾向潜在率が40%以上の高い数値が示された場合であっても、体内活力指数が40%以上であれば、元気になるうとする活力が高いことで、改善度が高まることが期待できます。

● あなたのココロの元気度（うつ係数）は、**13** です。

※ 数値が高ければ高いほどココロの元気度が下がります。10以上が、生活習慣の見直しが必要です。
※ 10を超えた場合、生活習慣の改善を要するサインとお考え下さい。（うつ症判定方法・特許取得済）

④ カラダとココロのバランスエリアは、**Bエリア** です。



Aエリア
カラダとココロのバランスが取れている

Bエリア
体調のバランスがぐずぐずやすく、ココロが揺れている

Cエリア
要注意 病気として表出しやすい

Dエリア
体調のバランスがぐずぐずやすく、カラダが揺れている

.....

⑤ 未病タイプ

あなたの未病のタイプは、**5型** です。



体内活力分析項目	適正基準値	分析結果
(A) 疾病傾向潜在率	20～30未満	41.4
(B) ストレス・疲労度	15～20未満	14.2
(C) 栄養充足度	75～90未満	86.2
(D) 栄養不足度	50～60未満	29.6
(E) BMI指数(肥満指数)	20～25未満	22.6



HQCチェック 研究・開発・監修

・日本未病システム学会理事
・医療法人厚生会理事長
・未病医学認定医

木戸口 公一

納得のチェック結果

チェック後のアンケート

『チェック結果に納得感がありますか？』



『はい』

92%

大手保険会社A社98名アンケート結果

分子矯正医学・酵素栄養学・分子栄養学から構築

約8億アイテムをデータベース化し、心身の健康指標10項目を出力

- ・ 未病度（0～5段階）
- ・ 体内不足栄養素（上位6種類）
- ・ 疾病傾向および疾病傾向潜在率
- ・ 栄養充足度
- ・ 栄養活性度
- ・ ストレス疲労度
- ・ 体内活力指数
- ・ うつ係数
- ・ カラダとココロのバランスエリア
- ・ 認知機能リスク

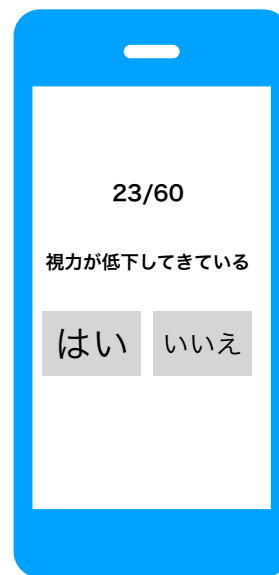
簡単導入手順

①マイページの作成



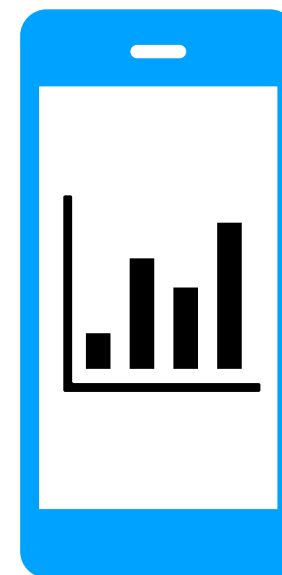
- ID、Passの設定
- 専用個別認証キーの入力
- プロフィール登録

②チェックの実施



- 60問の自覚症状の問診

③結果の出力



- 即時結果の出力

所要時間
1分～2分

+

所要時間
3分



合計所要時間
5分

『Fucho.me 不調をプロに相談できるサイト』

プロに不調を相談できるサイト

Fucho.me

ホーム

あなたの不調の原因は？

ご利用の流れ

アドバイザーを探す

不調を学ぶ

よくあるご質問

予約をする

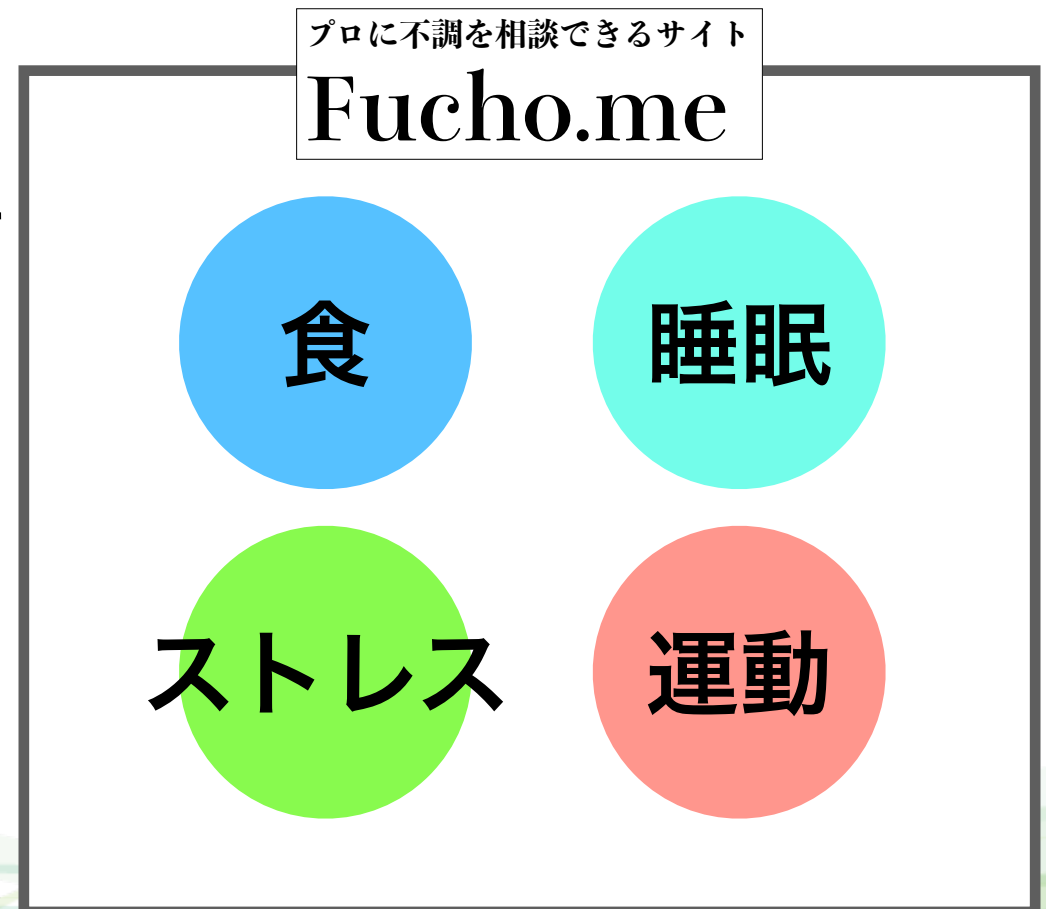
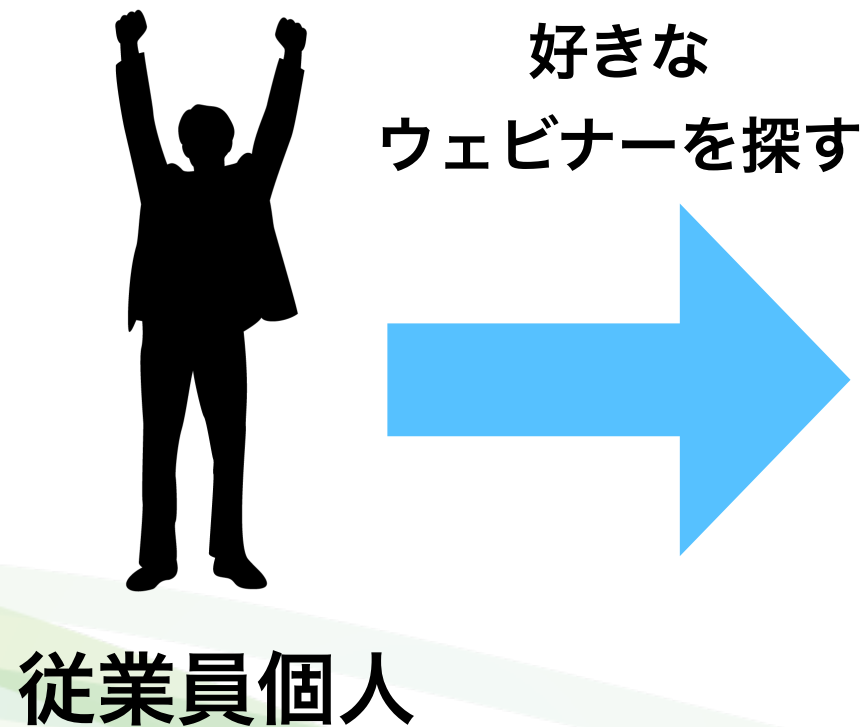
Fucho.me

いつまでも当たり前では
ない健康だから

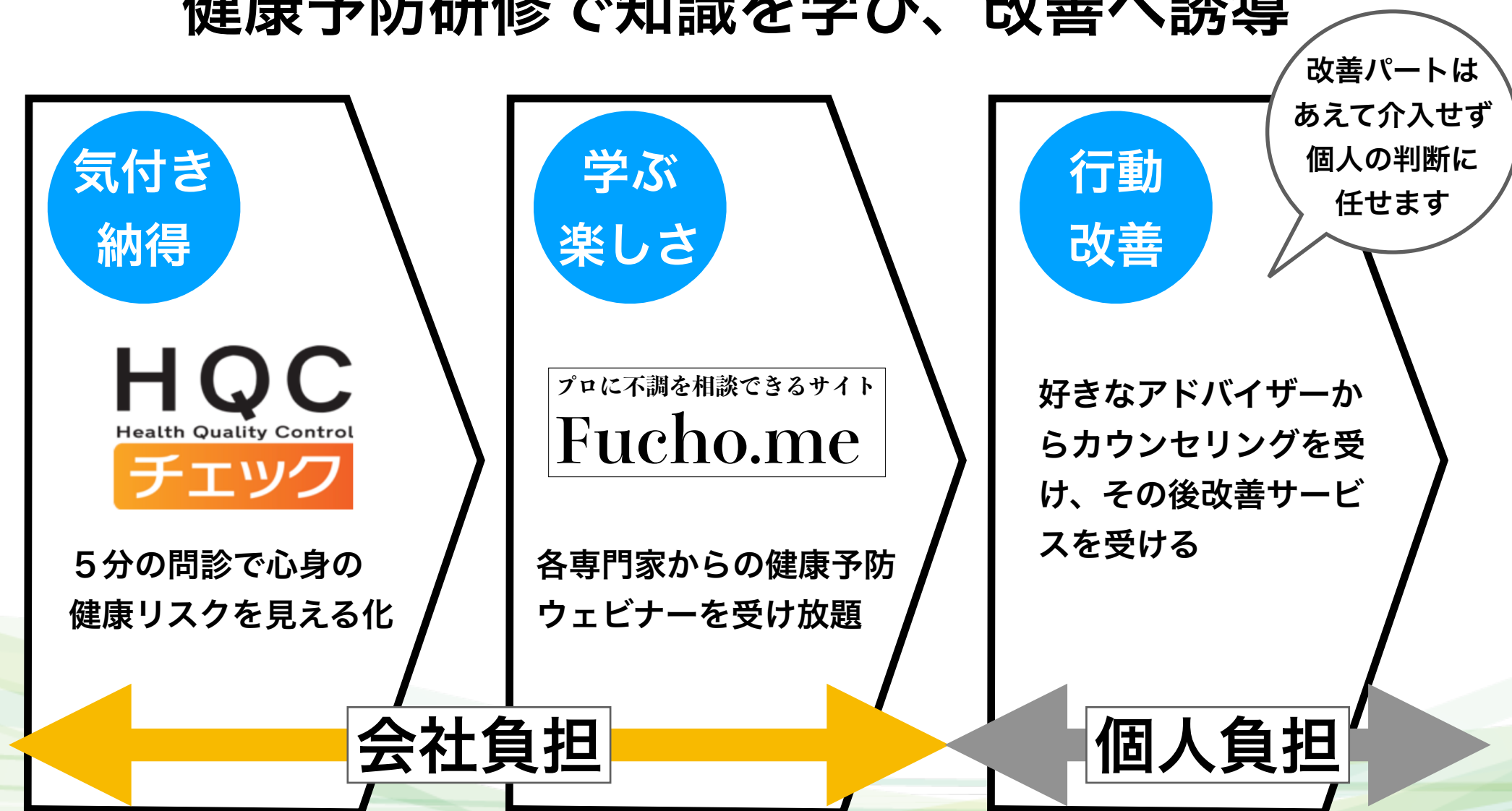
様々な専門家からのウェビナー受講し放題

様々な未病の専門家（HQCアドバイザー）が在籍しています

管理栄養士・理学療法士・看護師・薬剤師・臨床検査技師
睡眠セラピスト・パーソナルトレーナー・エステティシャンなど



HQCチェック®で健康意識を底上げし 健康予防研修で知識を学び、改善へ誘導



①納得感

- 体が疲れにくい
- ポジティブマインド
- モテるようになる
- 生き方の選択



病気になる前の
内発的モチベーションスイッチ



③楽しむ

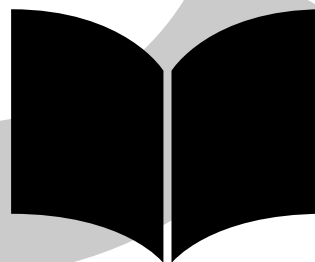
- 野菜、サプリメント
- 運動教室
- 快眠グッズ
- 瞑想
- コーチング



3ヶ月ごと

②学ぶ

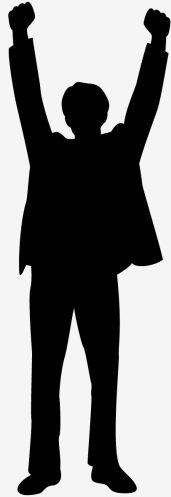
自分の気になる領域を
自分で学びに行く



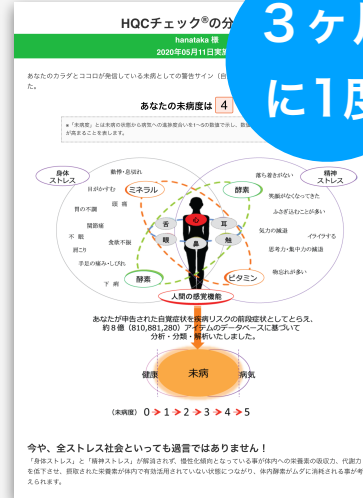
プロに不調を相談できるサイト

Fucho.me

会社と従業員、双方へのフィードバック



従業員個人



3ヶ月
に1度

HQCチェック結果

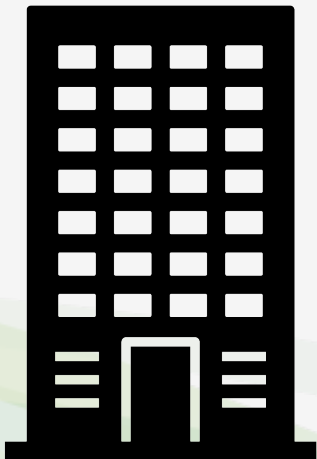
プロに不調を相談できるサイト
Fucho.me

每月

自身の健康管理 方法を学ぶ



カウンセリング 健康行動



会社



3ヶ月
に1度

従業員全体の統計レポート



福利厚生の導入

『HQCワークライフナラティブレポート』

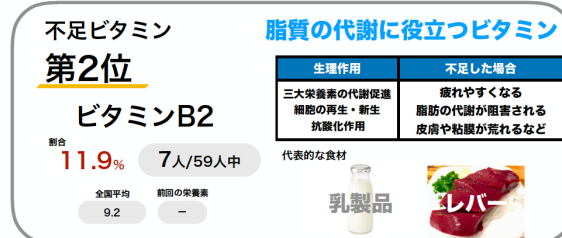
疾病傾向から見る働き方の傾向

疾病傾向別に、該当者人数および潜在リスク別の人数を示しております。潜在リスク別の「高・中」の人数に着目し、要注意の疾病傾向を判定しております。

・カラダ由来の疾病傾向（詳細）

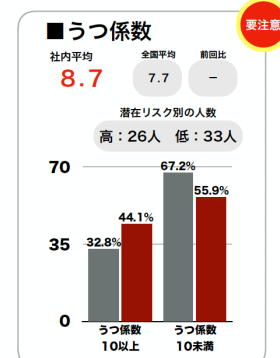
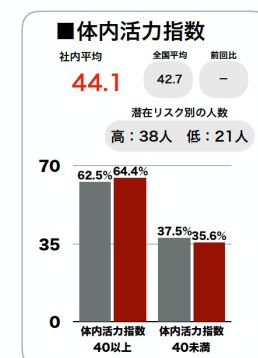
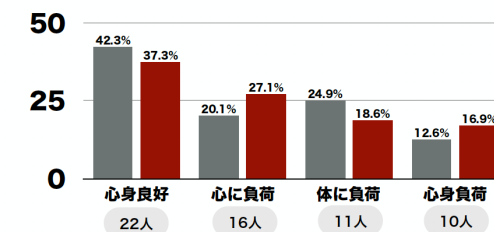


栄養状態からみる働き方の傾向 ビタミン編



カラダとココロのバランスからみる働き方の傾向

■ 全国平均 ■ 貴社



■ 貴社のカラダとココロのバランスの特徴について

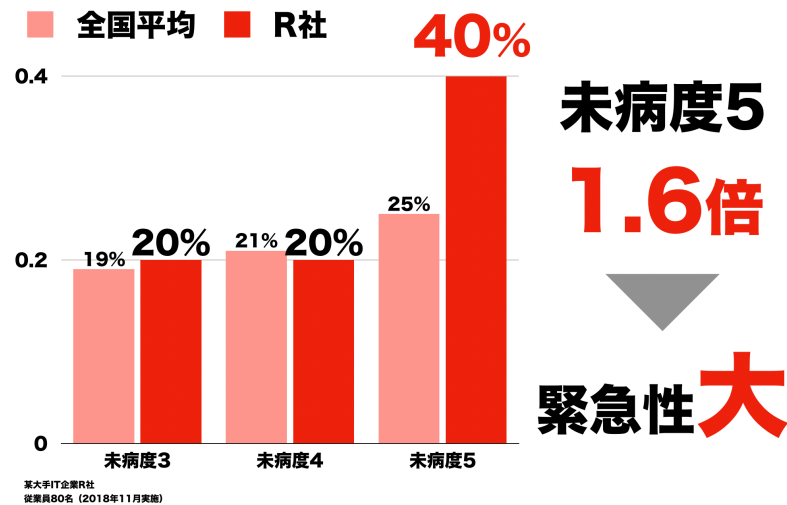
うつ係数の10以上の社員の割合が全国平均よりも11.3%高くなっています。また、B,Cエリアに位置する社員の割合も高く、カラダよりもココロが疲れている従業員が多い傾向がうかがえます。

全国平均と比較して潜在的な心身の健康課題がわかる

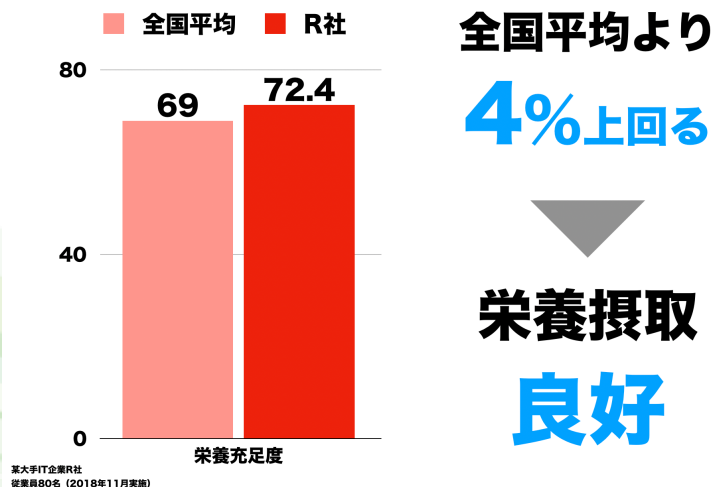
HQCナラティブオフィスレポート

【事例】大手IT企業 R社

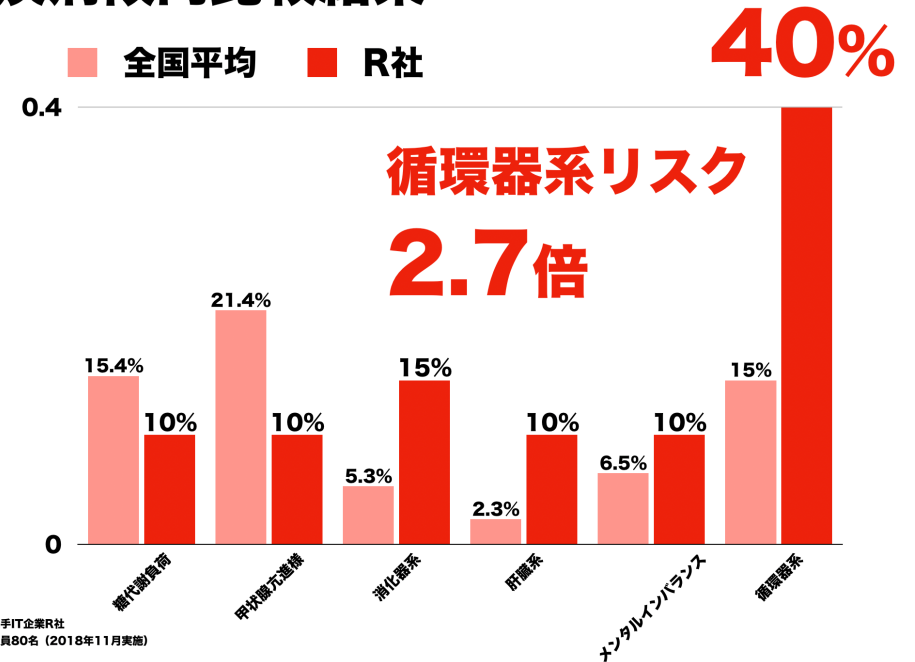
未病度比較結果



栄養充足度比較結果



疾病傾向比較結果



運動ソリューションが
最も有効と考えられる

※HQCナラティブレポートの一部から抜粋

各種平均値	CAD事業部	JR事業部		サービスセンター BGC	営業一部 営業二部	総務部 経理部 購買部	資材・設備部	支店	支店	支店	支店	支店	本社工事事部	社長室 その他	全国平均
残業時間（平均）	1:51	9:48	0:54	3:25	13:32	10:43	10:48	8:47	9:01	7:00	9:48	10:06	9:07	9:43	-
有給取得（平均）	11.7	4.4	17.5	2.0	8.2	7.2	7.8	8.0	9.8	10.1	5.6	6.7	9.7	9.7	-
年齢	31.5	59.0	44.3	56.3	47.4	52.0	53.3	43.4	38.9	38.1	41.7	37.4	37.3	35.7	37.4
未病度	3.8	3.2	3.7	2.3	3.2	3.9	3.7	3.6	3.9	3.3	3.2	4.1	3.1	3.7	3.4
疾病傾向潜在率	55.4	50.6	43.0	43.9	49.0	52.9	46.5	48.8	52.5	47.5	49.1	52.2	46.6	49.3	48.4
体内活力指数	43.3	39.6	40.0	44.0	43.2	29.7	34.7	40.4	35.4	41.2	48.7	36.5	44.8	45.3	42.0
うつ係数	8.3	5.2	7.7	6.7	6.6	7.6	5.0	7.8	7.3	7.3	5.3	8.1	6.9	8.3	7.4
栄養充足度	80.7	77.0	86.4	71.7	74.4	69.8	65.4	66.0	72.5	72.3	71.0	60.2	77.0	81.0	72.4
ストレス・疲労度	19.9	23.5	13.9	29.1	26.2	31.0	35.5	34.9	28.3	28.3	29.6	40.6	23.5	19.2	28.3
栄養活性度	27.1	33.4	25.1	48.7	37.7	40.2	45.3	42.6	35.3	42.1	39.5	43.1	37.6	34.0	37.7
BMI	23.3	25.5	26.0	22.5	24.2	23.2	26.1	24.7	25.3	23.8	26.0	25.4	24.0	21.7	22.6
認知機能リスク	38.0	25.6	48.7	38.7	38.1	33.6	32.3	43.8	38.0	41.8	36.2	42.5	41.8	50.0	39.3
悩みやすい、落ち込みやすい傾向の人数	1	0	0	0	2	1	0	2	2	1	0	3	2	2	-
社内コミュニケーション不活性傾向の人数	1	0	0	0	2	1	0	2	2	1	0	1	1	0	-
突然の疾病リスク発症傾向の人数	1	0	0	0	2	2	0	2	5	1	0	4	3	1	-
休職予備軍傾向の人数	1	0	0	0	1	1	0	0	2	1	0	2	1	1	-
パフォーマンスの高い傾向の人数	1	1	0	2	6	0	1	2	1	3	1	0	4	0	-
部署別人数	6	5	3	3	19	7	3	11	19	13	6	13	15	3	126

各種平均値	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	全国平均
年齢	18.4	24.5	34.2	44.0	54.2	64.8	72.0	37.4
未病度	2.8	3.3	3.6	3.8	3.8	3.4	3.3	3.4
疾病傾向潜在率	52.0	48.5	48.4	53.6	47.4	49.5	47.3	48.4
体内活力指数	53.2	42.3	41.0	38.0	36.8	36.7	43.3	42.0
うつ係数	6.4	7.2	7.9	7.2	6.5	7.0	6.8	7.4
栄養充足度	78.5	71.4	74.4	71.5	69.2	72.4	73.2	72.4
ストレス・疲労度	22.0	29.2	26.1	29.1	31.6	28.4	27.4	28.3
栄養活性度	32.1	39.7	37.8	36.4	40.2	38.2	41.4	37.7
BMI	23.1	22.9	24.3	26.1	25.3	24.0	25.1	22.6
認知機能リスク	26.4	39.8	41.6	39.5	36.1	38.4	48.0	39.3
悩みやすい、落ち込みやすい傾向の人数	0	3	4	4	1	2	1	-
社内コミュニケーション不活性傾向の人数	0	2	2	4	0	2	1	-
突然の疾病リスク発症傾向の人数	0	4	4	6	3	2	2	-
休職予備軍傾向の人数	0	1	4	2	1	1	1	-
パフォーマンスの高い傾向の人数	1	6	3	4	2	3	3	-
部署別人数	5	31	21	29	17	14	9	126

- リスクが1番目に高い
- リスクが2番目に高い
- リスクが3番目に高い

【事例】 建築会社A社126名 部署、拠点別に課題点がみえる

食生活、ストレス環境に問題がある
従業員が多かった

トライアル価格

トライアル
初月解約OK

無料

初期費用 ~~10万円~~ 立ち上げキャンペーン

月額 800円/人

内容 HQCチェック（3ヶ月に一度）
健康予防研修受け放題

【オプション】

初回無料

従業員のHQC統計レポート ~~10万円/回~~

立ち上げキャンペーン

※価格はすべて税抜表記です

Q 健康診断やストレスチェックとの違いは？

健康診断やストレスチェックはレッドゾーン（既に病気の領域）を見つける仕組みです。HQCチェック®はまだ病気にはなっていないイエローゾーンを見つけるチェックです。

Q 本当に健康改善ができるのですか？

本サービスは、従業員様に健康の気付きと学びを提供するサービスであり、その後の健康改善はご本人の行動次第となります。干渉しすぎることは逆にモチベーションを下げてしまう原因にもなり、個人の裁量で改善していただくことを目指します。

Q 従業員の個人名と結果の内容は開示できますか？

プライバシーの問題から特定の個人名の開示は基本的に出来かねます。しかし、従業員ご本人様のご了承を得た場合は開示することが可能です。