

特定保健指導のご案内

あなたにあったプランで結果を出そう！！

目標達成（体重2kg腹囲2cm減）できれば3か月間でお取組み終了の特別プログラムのご案内となります！（※ICT面談限定）下記A～Eから商品を選択いただき専門職による保健指導が受けられます。

無料

A) スマートウォッチ

1日の活動量を把握することで、
活動量アップ間違いなし！



スマートフォンと連携可能！

※色はブラックレッドとなります。

返却不要

面談後**全員**に
プレゼント！



初回面談終了後に発送となります。
支援終了後も引き続きご利用いただけます。

※商品については、すべてイメージになります。あらかじめご了承ください。

B) プチトレサイクル

自宅で簡単に**有酸素運動**ができる優れもの！
運動不足解消になります。



運動の苦手な方
に
おススメ！

C) バランスクッション+体組成計

日常生活に**筋トレ**を取り入れよう！
体組成計には機能が沢山ついてます。



記録付けを日課に！

※段ボールは別々で届きます

D) 低糖質弁当

低糖質で栄養バランスの取れたお弁当を
7食セットでお届けとなります！



一食当たりの平均糖質は**5.7g**

※おかずのみの糖質です。お弁当は御飯付きになります。

（参考例：食パン6枚切り1枚 26.6g）

E) 電子塩分計+ヘルシー茶碗

糖質・塩分の摂り過ぎを防ぎます！
2つの商品を活用し**食生活改善**をしましょう。

塩分濃度が目でわかる！



※段ボールは別々で届きます



目安線があるから主食の量を
コントロールできる！

★積極的支援の方が対象になります★

初回面談方法

ICT (オンライン) 面談



PC、スマートフォン、タブレットいずれかを使用して、
専門職(管理栄養士・保健師)とオンラインで面談を行います。

こんな方に
オススメ!

☑ 面談場所へ行くのが大変

☑ 忙しくて時間がない



PCをご利用の場合

- ✓アプリのインストール不要
- ✓下記ブラウザからご参加可能

Googlechrome



FireFox



Safari



※MicrosoftEdgeは環境により接続できない場合もございます。
※Internet Explorerは接続不可



スマホ・タブレットをご利用の場合

- ✓事前にアプリのインストール必要
- ✓アカウント作成は不要

オンラインミーティング用アプリ
Webex Meetings



iOS



Android



接続簡単!



当日お時間になりましたら、担当よりお電話にてご連絡いたします。
通信安定のため、面談中も会話は終始お電話にて行います。

必要な環境

※面談内容はご連絡先や健診結果等の個人情報を含むため、個室を推奨いたします。

■パソコンでの面談

- ・インターネット回線がつながるパソコン
- ・パソコン内蔵型カメラまたは外付けの Webカメラ
- ・着信用電話機

■スマートフォン・タブレットでの面談

- (iPhone/iPad/Android)
- ・Webex Meetings(アプリ)※無料
- ・着信用電話機

支援コース内容

開始

ICT初回面談
約30~40分

1か月

電話支援

2~3か月

メール(手紙)
支援

電話支援

評価終了

メール(手紙)
支援

ご案内するのは特定保健指導の減量サポートグッズコースです。
特定健診時の体重・腹囲よりも2kgかつ2cm減らすことができないと
支援を延長させていただきます。



【実施機関】株式会社ベネフィット・ワン



ハピルス チェンジ
HAPPYLTH CHANGE