

特定保健指導プログラムのご案内

ご自身のライフスタイルにあったものを選択できます

A ウェアラブル活動プラン

提供会社／(株)バリューHR



Fitbit
inspireHR



WEB面談

最新Fitbit（フィットビット）デバイスを活用して活動量を無理なく増やしていきます。運動+食事の総合プランです。

特徴

最新のウェアラブルデバイスFitbitを贈呈

B 食事改善プラン

提供会社／(株)フィッツプラス



管理栄養士による食事コメント

対面面談／WEB面談

食事をアプリ上でアップすると、管理栄養士が適切なアドバイスをいたします。

特徴

アプリで食事アドバイスを受けられます

C ハピルスチェンジ

提供会社／(株)ベネフィット・ワン



対面面談／WEB面談

過去20万件のデータから同じようなタイプを分析して、一人ひとりに合った効果的なプランを専門職が提案します。

特徴

パーソナル重視の個別サポート

D 対面面談選択プラン

提供会社／SOMPOヘルスサポート(株)



対面面談

時間栄養学・人間栄養学・行動経済学の最新の知見を取り入れたプログラムを提供

特徴

対面面談2回の手厚いサポート

※写真はイメージです

「特定保健指導」とは、**40歳～74歳の対象者**の健康診断の結果をもとに、メタボリックシンドロームのリスク数に応じて生活習慣の改善が必要な方に義務付けられたもので、保健指導員と原則1回の「面談（オンラインまたは対面）」を行い、その後、メール等で生活習慣改善のための具体的なアドバイスを受けられるプログラムです。

*39歳以下は「特定保健指導プログラム」のご案内はございません。

健康管理サービスと健保設立・運営支援のリーディングカンパニー

VALUE HR