

「特定保健指導プログラム」のご案内

本案内容は、健診の結果「特定保健指導」が必要な方にお送りしています。

プログラムの特徴

A Fitbitプログラム
実施会社：株式会社バリューHR

Fitbit
贈呈

費用無料



Fitbit
プログラム

最新フィットビットを活用。
歩数のみでなく消費カロリーや心拍測定による睡眠の質などをモニタリングできます。
支援終了後はそのままFitbitをご利用いただけます。

B ラクトフェリンプログラム
実施会社：専門医ヘルスケアネットワーク

ラクトフェリン
贈呈

費用無料



一級専門家
専門医ヘルスケアネットワーク
The network of medical specialist for health care

専門医監修のプログラムをご提供。
根拠と実績に基づいた
プログラムで実施します。

特典：機能性表示食品「ラクトフェリン」80粒×1袋 1ヶ月分

専門医監修のプログラムをご提供。
根拠と実績に基づいたプログラムで実施します。
内臓脂肪を減らすのを助け、高めのBMIの改善に役立つ機能性表示食品「ラクトフェリン」を用いて、生活習慣改善をサポートします。

**C マイクロダイエット
(フォーミュラ食)プログラム**
実施会社：株式会社バリューHR

マイクロダイエット
贈呈

費用無料



フォーミュラ食
プログラム

フォーミュラ食品とは、タンパク質、ビタミン、ミネラルを必要十分に含み、エネルギーとなる糖質や脂質を必要最小限に抑えた食事代替食品です。
1日1食（夕食のみ）を2週間置換え、お食事の全体量を減らしいくプログラムです。

D 対面面談プログラム
実施会社：SOMPOヘルスサポート株式会社

費用無料

リアル対面面談

全国約1,600名の健康相談員が行うリアルな対面相談プログラムです。



全国1,600名の健康相談員が行うリアルな対面面談プログラムです。
健康相談員が時間栄養学をベースにあなたの健康診断の結果や生活習慣にあわせてアドバイスいたします。
オンライン面談が苦手な方はこちらをお勧めします。

**E オンライン特定保健指導
プログラム** [肥満遺伝子検査つき]
実施会社：株式会社リンケージ

費用無料

Linkage X GeneLife

遺伝による肥満タイプを調べ、
専門スタッフが食事や運動をアドバイス!



遺伝子による肥満タイプを調べ、専門スタッフが食事や運動をアドバイスいたします。
自身のタイプを確認することで、課題が明確になり、より効果のあるダイエットに取り組むことができます。

※昨年度 Fitbit プログラムを実施した方は、別のプログラムをご選択ください。