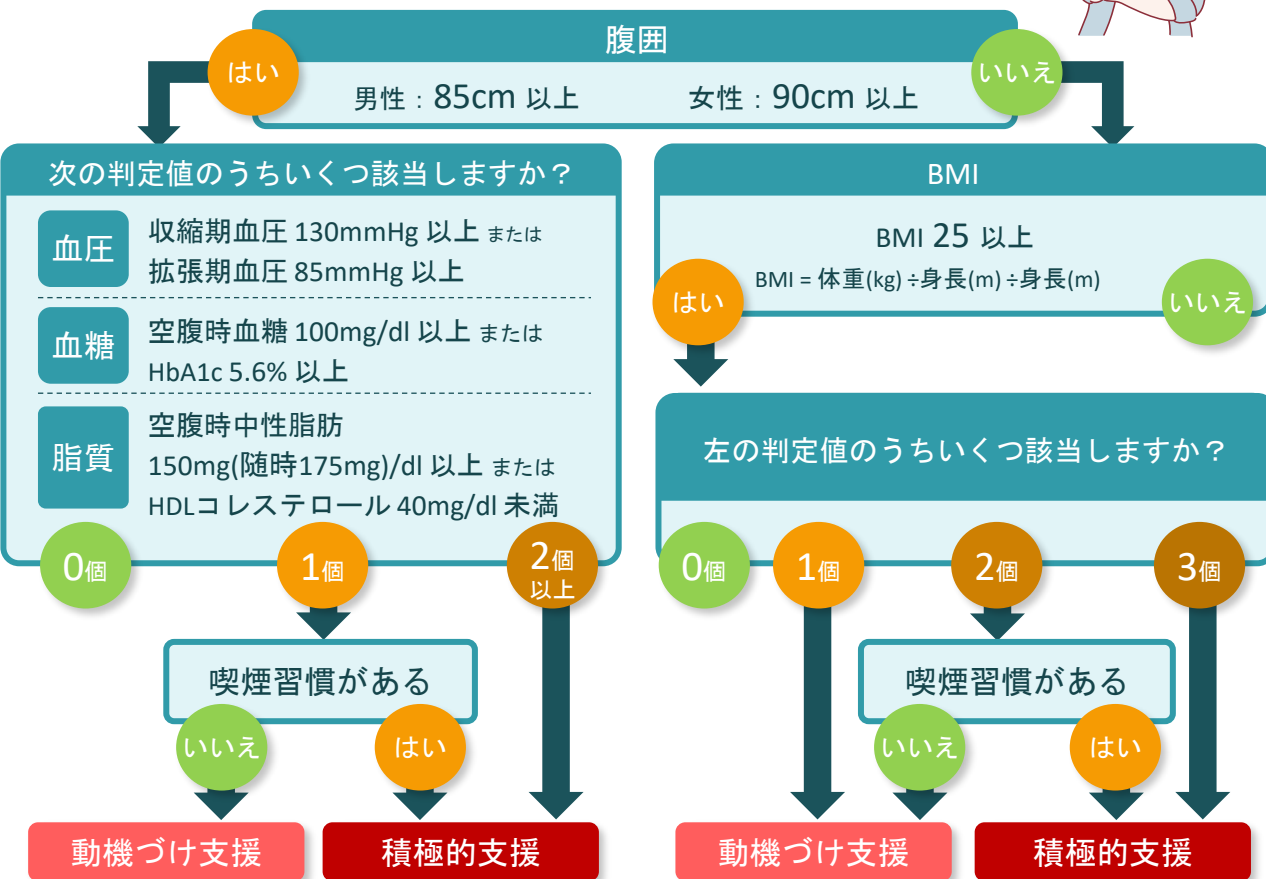


特定保健指導の対象者基準

特定保健指導は下記項目によって判定されます。



お申込方法

STEP1

QRコードで
専用サイトにアクセス



上のQRコードが読み込めない場合は、下記URLよりアクセスしてください。

<https://vhrtokutei.com/form/pub/valuehr/taikisha2025h>

STEP2

プログラムの選択

4つのプログラムから、
いずれかを選択して「次へ」

- A: Fitbitプログラム
- B: ラクトフェリンプログラム
- C: フォーミュラー食プログラム
- D: はかるだけ体組成計プログラム
- E: オンライン特定保健指導プログラム

STEP3

登録フォームにて
お申込み

A C D
を選んだ場合

そのまま予約画面へと
移りますので、
ご予約をお取りください

B E
を選んだ場合

指導機関から
連絡があります

ご不明な点がございましたら、以下までお問い合わせください

お問い合わせ窓口
株式会社バリューHR ヘルスケアサポート事業本部
委託代行機関：No.91399048

03-5944-0920

(平日9:30-18:00)

tokutei@apap.jp

大気社グループ 健康保険組合

ご自宅で実践できる無料健康プログラム

無料

特定保健指導

参加申込のご案内



健康診断の結果から、生活習慣病発生リスクの高い方に対して、
お一人おひとりの健康状態に合わせた生活習慣を見直すための
サポート（特定保健指導）をします。

費用は健康保険組合が負担いたします。

特定保健指導は、生活習慣病を未然に防ぐチャンスです。
この機会に是非、特定保健指導をお受け下さい。



本案内は、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。
費用は全額健保にて補助しますので自己負担は一切不要です。

A Fitbitプログラム

費用無料

実施会社：株式会社バリューHR



▶ Fitbit (フィットビット) でできること

- 毎日の歩数や消費カロリーが分かる
- 睡眠の質を判定しスコア化してくれる
- 累計歩数が増えると記念バッジが手に入る

▶ プログラムの流れ



WEB面談
Zoomでお受けいただけます。スマートフォン・タブレット使用の場合はアプリのダウンロードが必要です。
PCの場合はURLよりアクセス下さい。

歩数だけでなく心拍を測定することにより睡眠の質やストレスなどもチェックできるウェアラブルデバイス「Fitbit」を活用したプログラムです。
支援終了後はご使用いただいたFitbitはそのままご利用いただけます。

**Fitbitは
プログラム
終了後も
ご利用いただけます**

B ラクトフェリンプログラム

費用無料

実施会社：専門医ヘルスケアネットワーク

W成分

ラクトフェリン+ブラックジンジャーの
組み合わせで脂肪減少をサポート

▶プログラムの流れ

3ヶ月支援



※遠隔面談のデバイスは、カメラ付きパソコン、タブレット、スマートフォンになります。
デバイスのない方は、ipadのレンタルも可能ですので、どなたでもご参加可能です。



日本予防医薬こだわりのW成分配合

ラクトフェリン
300mg

余分な脂肪の合成を抑止し、
肥満気味な方の内臓脂肪を減らします。

ブラック
ジンジャー成分
12mg

日常活動時のエネルギー代謝において
脂肪の消費を助けます

※ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン

W脂肪対策
腸ラクトフェリン
120錠×1袋
プレゼント！

D はかるだけ体組成計プログラム

費用無料

実施会社：株式会社バリューHR



▶タニタ体組成計でできること

測定項目

・体重・体脂肪率・筋肉量
・推定骨量・内臓脂肪レベル
・基礎代謝量・体内年齢

測定結果はBluetoothで

専用アプリに即時反映
(5人まで登録可能)

記録データはグラフ表示！

変化が一目でわかり、目標までの
モチベーションもアップ

▶プログラムの流れ

3ヶ月支援



WEB面談

Zoomでお受けいただけます。スマートフォン・タブレット使用の場合はアプリのダウンロードが必要です。
PCの場合はURLよりアクセス下さい。

体組成計
ご提供

C フォーミュラ食プログラム

費用無料

実施会社：株式会社バリューHR



▶フォーミュラ食(マイクロダイエット)で期待できること

2週間で
1.5kg減量

必要な栄養素が
食事であられる

おいしいから
続けられる

▶プログラムの流れ

3ヶ月支援



WEB面談

Zoomでお受けいただけます。スマートフォン・タブレット使用の場合はアプリのダウンロードが必要です。
PCの場合はURLよりアクセス下さい。

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、その後は
徐々に通常食に戻してい
ただきながらお食事の全
体量を減らしいくプログ
ラムです。

マイクロダイエット
2週間分
ご提供

E はかるだけ体組成計プログラム

費用無料

実施会社：株式会社バリューHR



▶プログラムの流れ

約3ヶ月支援



※面談予約可能日時は月～土:10時から17時までです。

※面談予約の変更は面談2日前以降はお電話でご連絡をお願いします。

※肥満遺伝子検査はジェネシスヘルスケア(株)の「DIET」を提供します。

肥満遺伝子検査



4つの遺伝子型からご自身の体質を知ることができ、生活習慣の
ヒントを示したWebレポートをご案内します。

遺伝子による肥満タイプ
を調べ、専門スタッフが
食事や運動のアドバイスを
いたします。
遺伝子検査を実施するこ
とでより体質に合った意
識変容・行動変容へ繋が
ります。
毎年対象になる方に新鮮
に取り組んでいただけま
す。

肥満遺伝子
検査付