

特定保健指導のご案内

費用無料

- 費用は健康保険組合が全額負担
- 初回面談の所要時間は30分～1時間程度
- 定期フォローの電話は約10分、ICTメールは1分※（※日々の記録が必要です。）

この度の特定健診の結果、内臓脂肪の蓄積が原因で、糖尿病や高血圧症などといった生活習慣病になるリスクが見られ、特定保健指導の対象者となりました。

本事業は、内臓脂肪を減らし、生活習慣病のリスク軽減を目指すプログラムです。

5人中3人の方が 減量に成功しています。



実施の流れ

1 お電話します



健康相談員がお電話をさし上げます。ご都合の良い日時をご相談ください。

2 初回面談の実施



お約束した日時に、面談を実施いたします。

3 定期フォロー ICTメールor電話



目標達成に向けたアドバイスなど、ご状況やお気持ちに寄り添ったサポートを行います。

健康相談員からの電話は、0120-559-870 から発信いたします。

この事業は、ご所属の健康保険組合より委託を受けた「S O M P Oヘルスサポート株式会社」の健康相談員（保健師・看護師・管理栄養士）があなたのサポートを行います。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た内臓脂肪削減方法についてアドバイスいたします。

なお、健康診断の結果に応じ、コース内容が異なります。

新型コロナウイルス感染予防対策について

健康相談員は、厚生労働省の指針のもと新型コロナウイルス感染予防として下記の対策を実施しております。

- ① 健康相談員の検温実施 / ② 健康相談員のマスク着用 / ③ 可能な限り対象者様へマスク着用のお願い
- ④ 面談時は対象者様との一定の距離 / ⑤ 面談の事前確認時に、健康相談員より対象者様の体調確認

選べる面談方法（対面or遠隔）

健康相談員からお電話の際にご希望をお聞かせください。

対面面談



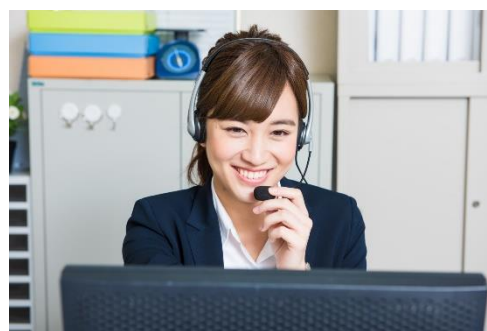
新型コロナウイルス感染予防対策について

健康相談員は、厚生労働省の指針のもと新型コロナウイルス感染予防として下記の対策を実施しております。

- ① 健康相談員の検温実施 / ② 健康相談員のマスク着用
- ③ 可能な限り対象者様へマスク着用をお願い
- ④ 面談時は対象者様との一定の距離
- ⑤ 面談の事前確認時に、健康相談員より対象者様の体調確認

遠隔面談

遠隔面談を希望される方は、ご自身のスマートフォン・タブレット等で「Zoom」のアプリインストールをお願い致します。



アプリのダウンロードはこちらから ▶▶▶

パソコンでご利用の方は

Zoom (ズーム) ダウンロード

検索



遠隔面談ガイド 事前準備編

プログラムガイドの流れ～個人情報の取り扱い～面談準備（アプリのインストール手順）

https://sompohelthsupport.s3-ap-northeast-1.amazonaws.com/Guide_Zoom.pdf



Q & A

Q. 1 忙しいので受ける時間がありません

病気が進行して治療することになると、食事制限や通院により、何倍もの時間やお金、そして生活制限などの辛い思いをさせていただきます。より早めに、軽症のうちに生活習慣の改善に取り組むことで、これからの生活を長く健康的に過ごすことができます。

Q. 2 自覚症状もないし、自分で取り組みます

生活習慣病の多くは自覚症状がないまま進行します。ぜひ参加をご検討ください。

対象になられたということは、まだ改善でき、更なる健康を手に入れる可能性があるということです。より効率的で確実に減量や数値を改善することのできる方法をアドバイスいたします。

個人情報の取扱いについて

個人情報の取り扱いにつきましては十分注意のうえ、プライバシーの保護に留意してまいりますのでご安心ください。委託機関はプライバシーマークの認証を取得し、個人情報について適切な管理をしています。

事業実施に関する
お問い合わせ先
(委託先)



SOMPOヘルスサポート株式会社

サポートセンター 0120-334-523

受付時間/9:00～17:00（土日・祝日・年末年始除く）