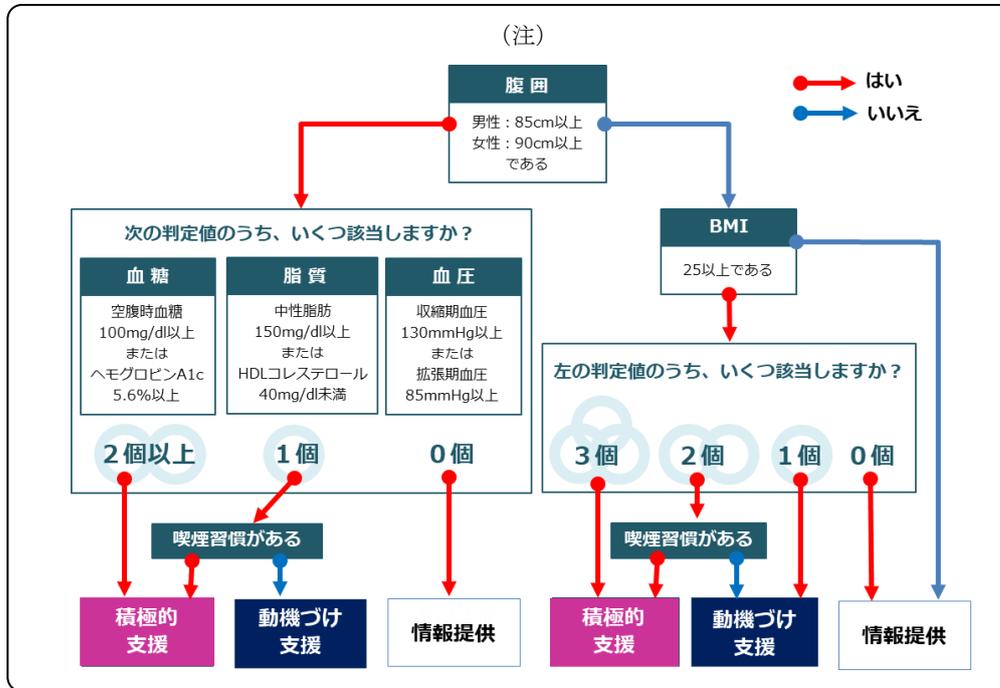


対象者の判定

特定健診の結果より、以下の基準に基づき、積極的支援／動機づけ支援レベルと判定された方が対象です。

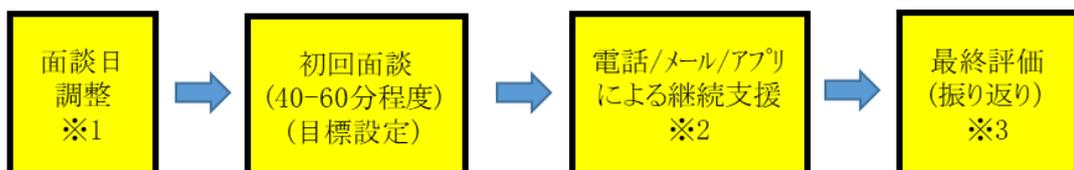
➤ 判定基準



(注) 内臓脂肪面積を測定したときは、腹囲の基準より内臓脂肪面積の測定が優先されます。



生活習慣改善プログラムの流れ



※1 サイトで予約、または相談員による電話で調整

※2 支援の実施回数は、積極的支援: 4回
動機づけ支援: 1回

※3 評価は、開始から3～5ヵ月後

- 初回面談は、以下のプランより選択できます。
各プランのプログラム詳細は、別紙リーフレットをご参照ください。

A

実施会社：株式会社バリューHR

最新Fitbitを活用したWEB面談プラン




■ 面談の日は、申込サイトで予約。

■ Fitbitアプリでは、歩数・消費カロリー・睡眠・体重等のモニタリングが可能。

■ Fitbit Inspire2を無償提供します。プログラム終了後も引き続き、ご自身の健康管理のため、お使いください。

B

実施会社：東急スポーツオアシス

フィットネスクラブが提供するWEB面談プラン



自宅で
遺伝子検査



生活習慣
の指導



アプリで
トレーニング



最終面談/
メールで振返り

■ 申込後、遺伝子検査キットをご自宅に送ります。

■ 検査後、実施会社よりメールで、面談の日時を調整します。

■ 遺伝子タイプにあった栄養指導サポート。

■ WEBGYMアプリで1日5分の継続トレーニング。

C

実施会社：SOMPOヘルスサポート株式会社

対面面談プラン




■ 面談の日は、健康相談員よりお電話かメールで調整します。

■ 面談の場合は、自宅や勤務先の会議室、その他ご希望の場所で実施。
(新型コロナウイルス感染防止を徹底します。)

■ 定期フォローはICTメールor電話で実施。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。

健康相談員からのアPOINTは
0120-559-870
から発信いたします。

申込手続 < 申込期限：2023年1月31日 >

対象者には、当組合から個人宛にメールまたは郵送にてご案内します。
案内メール本文に記載の以下の URL、または二次元コードより、お申し込み下さい。
対象者としてご案内している人以外の方は、申し込みすることができません。

< 住友商事健康保険組合／生活習慣改善プログラム 申込サイト >

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



なお、申込期限を過ぎても申込が確認できない場合は、個別にご連絡させていただきますので、よろしくお願い致します。

以 上