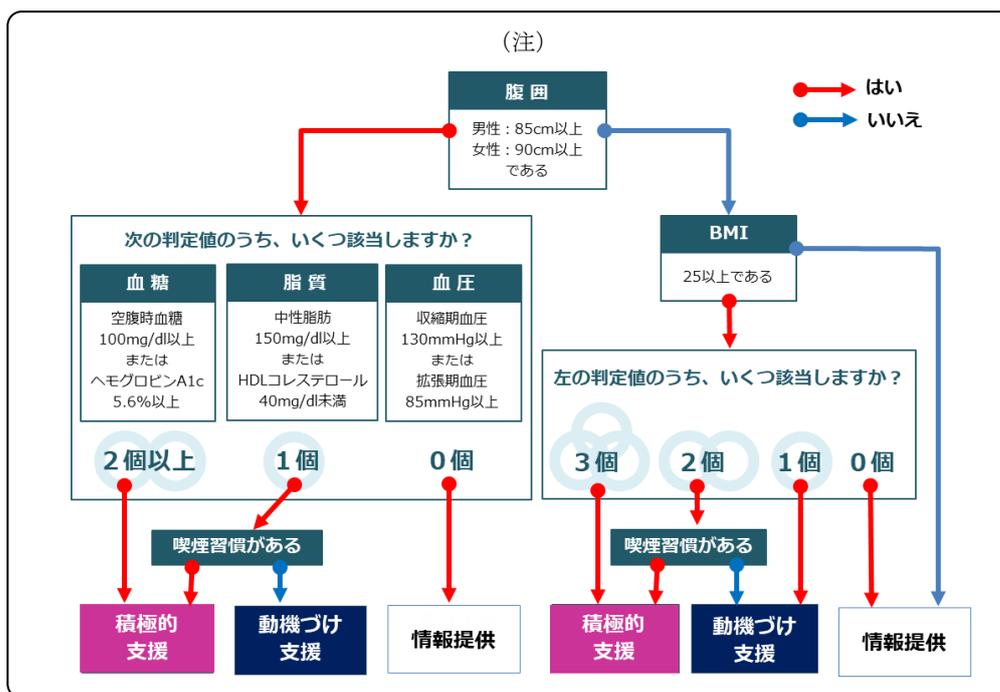


対象者の判定

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。

※法で定める特定保健指導の判定基準で、「積極的支援」はメタボが強く疑われるレベルで、「動機づけ支援」はメタボ予備軍。「情報提供」は対象外。

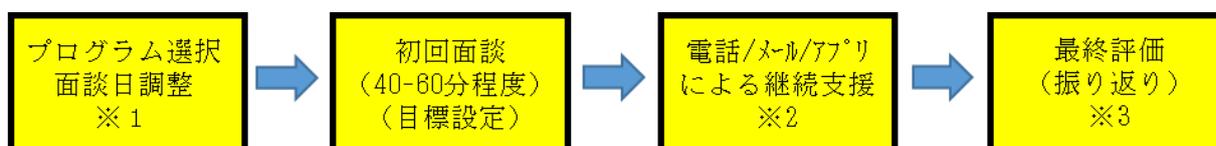
➤ 判定基準



(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、または相談員と電話で調整

※2 支援の実施回数は支援レベルやプランによって異なります。

※3 評価は、開始から3~5カ月後

- ▶ 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。

The image displays six promotional cards for health programs, arranged in a 3x2 grid. Each card features a title, a brief description, and key benefits.

- A Fitbitプログラム** (Fitbit Program): 実施会社: 株式会社バリューHR. 贈呈: Fitbit. 費用無料. 歩数, 心拍数, 睡眠の質, 消費カロリー, 脂肪燃焼活動.
- B フォーミュラ食プログラム** (Formula Food Program): 実施会社: 株式会社バリューHR. 贈呈: マイクロダイエット. 費用無料. 参加者には「マイクロダイエットバスタ&リゾット」を2週間分ご提供します!!
- C はかるだけ体組成計プログラム** (Body Composition Program): 実施会社: 株式会社バリューHR. 贈呈: 体組成計. 費用無料. 体脂肪率測定, 内臓脂肪レベル, 筋肉量, 基礎代謝量, 体内年齢, 推定骨量, BMI.
- D おうちで参加YOGAプログラム** (Home Yoga Program): 実施会社: 株式会社バリューHR. 贈呈: オンラインヨガ. 3ヶ月無料. 費用無料. SOULFUL YOGI LAVA.
- E 血糖トレンド×カロミルプログラム** (Blood Sugar Trend x Caromil Program): 実施会社: みるたず株式会社. 贈呈: 血糖トレンドレポート. 費用無料! 血糖トレンドの「見える化」で、健康な未来への一歩を踏み出そう!
- F 腸活×カロミルプログラム** (Gut Health x Caromil Program): 実施会社: みるたず株式会社. 贈呈: 腸内フローラ検査キット (マイキンソーPro). 費用無料! 仕事のパフォーマンス、腸がカギだった。できる人の新常識。

申込手続 < 申込期限 : 2026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://>



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、よろしく申し上げます。

< 申込サイトに関するお問い合わせ先 >

(株)バリューHR

Tel. : 03-5944-0920 (平日 9:30~18:00) e-mail : tokutei@apap.jp