



# 特定保健指導ってなあに？



## 血圧・血糖値・中性脂肪値が高めの方への

## 生活習慣病発症予防プログラムです(転ばぬ先の杖！)

初回面談で具体的な目標をたてて、3～6 か月間取り組んでいただき、次年度の健診で結果の改善を確認します。

令和4年度(令和4年4月～令和5年3月)の健診結果をもとに対象となった方は、委託先である ALSOK あんしんケアサポート、スギ薬局・薬樹の薬局グループ二社のどちらかを選択できます。

委託先		ALSOKあんしんケアサポート	スギ薬局・薬樹の薬局グループ
特徴		食事や運動など、ご自身を取り組みやすい方法を管理栄養士が提案、アドバイスしてもらえます。普段の生活スタイルや業務形態などをよく聞いてもらえます。	薬局の管理栄養士が食事指導を中心に支援する。別紙「実施店舗一覧」より、ご希望の面談場所が選べる。終了後も、かかりつけ薬局にすることができる。
初回面談方法		職場や自宅近くの喫茶店等で会って話す	自宅や勤務先近くの薬局に行って話す
ICT(スマホやパソコンを使用するオンライン面談)			
対象年齢・申込方法	40～54歳	利用券が届きALSOKを希望する場合は保健事業部にご連絡 (TEL:03-3404-0180)	利用券・ご案内がご自宅に届く ⇒案内に沿って申し込み
	55歳以上	利用券・ご案内がご自宅に届く ⇒案内に沿って申し込み	利用券が届き薬局グループを希望する場合は保健事業部にご連絡 (TEL:03-3404-0180)



特定保健指導で、健康長寿・生涯現役を目指そう！

