

楽しく
健康に♪

特定保健指導で血管の若返り



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、日々の生活の中で3か月間
取り組むことで、次年度には**健診結果の改善**が確認できます!

令和6年度中(令和6年4月~令和7年3月)に健診やドックを受診
し対象となった方には、ご案内が届きますので**是非ご利用**ください。

| 委託先 | スギウェルネス・薬樹の薬局グループ | ALSOKあんしんケアサポート |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 案内封筒 |  |  |
| 特徴 | 薬局の管理栄養士が食事を中心に支援。時間や場所など希望の薬局を選べる。終了後もかかりつけ薬局にできる。 | 普段の生活スタイルの中で、ご自身が取組みやすい具体的な食事や運動などについてのアドバイスがもらえる。 |
| 参加特典 | 薬局内のオススメ商品 | JCBギフト券(3,000円) |
| 初回面談方法 | 自宅や職場近くの薬局に行って話す。職場への訪問も可能。 | 職場または自宅近くの喫茶店等で直接会って話す。 |
| | 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・案内リーフレットがご自宅に届く ⇒案内に沿って申込 利用券が届きALSOKを希望する場合は 保健事業部に連絡 (TEL:03-5828-7192) |
| | 55歳以上 | 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連絡 (TEL:03-5828-7192) 利用券・案内リーフレットがご自宅に届く ⇒案内に沿って申込 |



特定保健指導で**健康長寿・生涯現役**を目指そう!

