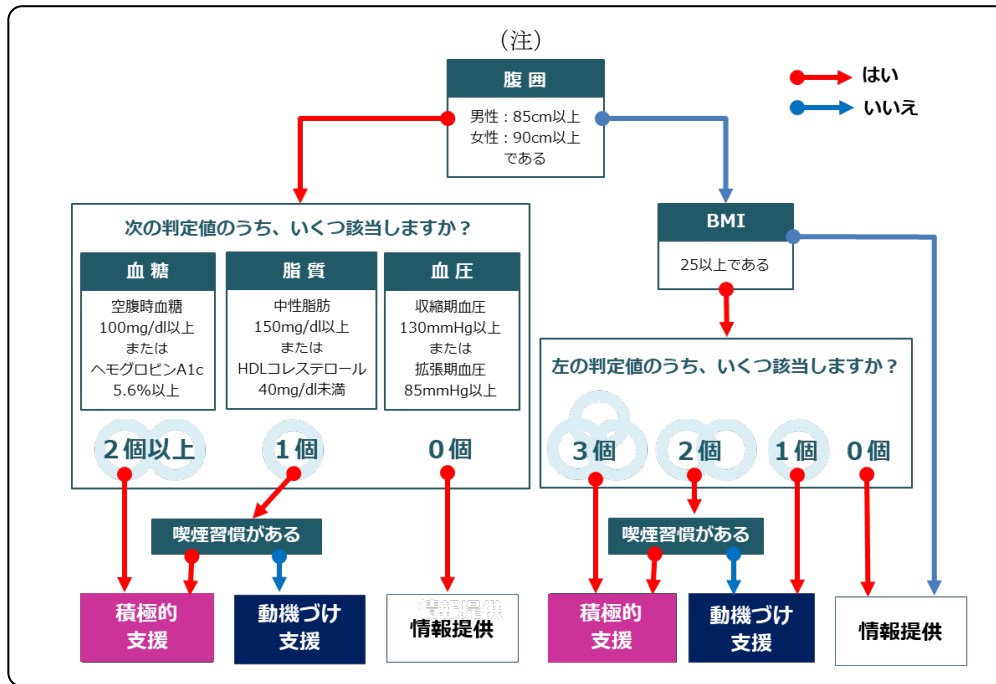


対象者の判定

人間ドックの健診結果より、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。

血圧や血糖値、
コレステロールも高くなく
自覚症状もないので、
これくらい問題ない！
まだまだ若いし大丈夫！

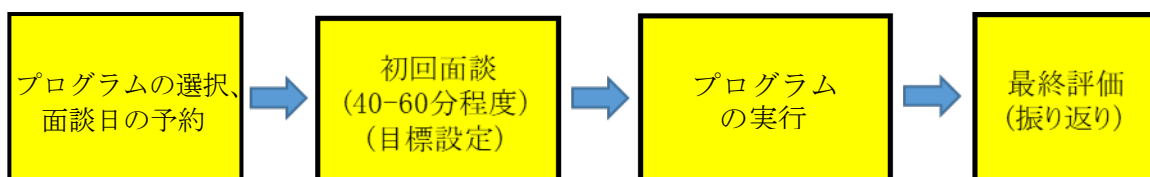


その考え方は危険です！

それぞれの数値がさほど高くなくても、
いくつか重なると血管がポロポロになりやすく、
脳卒中や心疾患を発症する危険性があります。
良い機会です。
これを機に専門家の支援を受けて
生活習慣改善に取り組んでいきましょう。



プログラムの流れ



RIZAPは、中間面談有

評価は、開始から3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。

<p>A Fitbitプログラム 実施会社：株式会社バリューHR</p> <p>Fitbit 贈呈 費用無料</p> <p>Fitbit プログラム</p> <p>最新フィットビットを使ってウォーキングプログラムにチャレンジ！ SNS機能もあり見ているだけで楽しく参加いただけます。 フィットビットはプログラム終了後もそのままご利用いただけます。</p>	<p>B フォーミュラ食 プログラム 実施会社：株式会社バリューHR</p> <p>マイクロダイエット 贈呈 費用無料</p> <p>フォーミュラ食 プログラム</p> <p>参加者には「マイクロダイエットパスタ&リゾット」を 2週間分 ご提供します!! <small>※内容はパスタ(トマト・カルボナーラ) リゾット(カレー・チーズ) など</small></p>
<p>C RIZAP生活習慣改善 プログラム 実施会社：RIZAP株式会社</p> <p>体組成計と ヘルスウォッチ プレゼント! 費用無料</p> <p>RIZAPが、オンライン＆無料＆完全個別で受けれます！ 無理のない内容で、「満足度90%」「楽しかった！」 というお声ぞくぞく。 RIZAP専用アプリは、プログラム終了後もそのままご利用 いただけます。</p> 	

申込手続 <申込期限：2023年9月22日>

案内メールの本文に記載の URL、または、以下の二次元コードより、お申し込み下さい。
なお、メールでご案内している人以外の方は、申込することができません。

<住友商事健康保険組合／Under40 健康支援プログラム 申込サイト>

https://vhrtokutei.com/form/pub/valuehr/sumitomocorp_ud40



委託業者（保健指導機関）

(株)バリューHR ヘルスケアサポート事業本部

Tel. : 03-6380-1317（平日 9:30～18:00） e-mail : tokutei@apap.jp

RIZAP(株) RIZAP 生活習慣改善プログラム事務局

e-mail : rizaphoujin-tokuho@rizapgroup.com（対応時間／平日 9:00～18:00）

以上