

あなたは、昨年度に引き続き特定保健指導の対象者です



今はまだ小さな火種でも 放っておくと大変なことに.....!?



生活習慣病は、静かにカラダを蝕んでいきます。。。

業務多忙で
時間がない!

別に不調も
ないし.....



生活習慣は自分で
改善しますので!

ダメ
です



あなたは今、**“生活習慣病”という名の爆弾を抱えています!**

案内が届いても「まだ大丈夫!」と何年も後回しにいませんか?
自覚症状が出てからでは手遅れになることも.....

この通知は、昨年度から**生活習慣病リスクを放置している方**へお送りしています。
このまま放置を続けると、糖尿病や脳血管疾患を発症し、
最悪の場合、**人工透析や寝たきりの生活**ということも.....。
そうなる前に、管理栄養士などの生活習慣改善のプロから
アドバイスを受けてみませんか?

自分の生活とカラダをもう一度見直して、健康を取り戻しましょう!

☆なかなか時間がとれない方にオススメの実施方法☆

スマホアプリで 特定保健指導

実施期間：3～6ヶ月間（初回面接から継続支援まで）

【初回面接について】※ 初回面接は**令和9年3月31日（水）**までに実施してください。

可能時間：平日・土日祝 6：00～23：00

実施方法：アプリ内のテレビ電話での面談（約20～30分間）

【継続支援について】

実施方法：アプリ内のメッセージ機能を用いて支援

仕事終わりや休日の
スキマ時間に
サクッと受けられますよ!



令和年**月**日（**）まで**に
別紙申込書 または WEB申込みフォーム からお申込みを!

〒060-8578 札幌市中央区北4条西6丁目2番地 北海道自治会館5階

北海道市町村職員共済組合 福祉課厚生係

☎ 011-330-2567 ✉ kousei@hokkaido-kyosai.jp

