

HSC 保健支援センター

管理栄養士・保健師による個別サポート

特定保健指導



健診値改善 プログラム

お一人おひとりの気持ちやライフスタイルに寄り添い、
本質的な健康づくりをお手伝いします。



POINT 1
体重だけではなく体質、
健診データの改善へ導く



POINT 2
スマホで簡単♪
スキマ時間に入力するだけ！



POINT 3
ミッションクリアで最大
2000円分のデジタルギフト

✓ 専用WEBフォームにてお申し込みください

申込期限

ご案内から3週間後

お手続き方法

二次元コードまたはHPにて申込む

申込用認証コード

orix2026



保健支援センター

検索

面談申込み

申込用認証コード入力



※ワーキングネームをご使用の方は、お申込みの際【お名前欄】に、戸籍名・ワーキングネーム両方を順にご記載ください。

プログラム内容

1

管理栄養士・保健師と
オンライン面談

約30分



原因を分析し
最善策を
ご提案

- 健診結果の解説
- 改善策のご提案
- 取り組み目標設定

2

アプリやWEB、電話にて
取り組み実践・継続サポート

3～4か月間
(月約1～2回)



スキマ時間
にアプリで
手軽に♪

- 目標の達成をサポート
- 取り組み状況をヒアリング
- 実践のコツをお伝え

3

プログラム期間終了後～
次回の健診までリバウンド防止
セルフケアサポート

最大4か月間



リバウンド
防止

“続く人”
が使っている
脳科学の
仕掛けとは？

『つい食べすぎちゃった』
挽回のコツを紹介
夏井先生の俳句講評動画

次回の健診に向け、動画や
コラム、メッセージで
セルフケア期間をサポート

※オンライン面談の場合…Wi-Fi環境推奨。通信料はご本人様負担となります(通話料はかかりません)

パーソナル支援でワークライフバランスの向上をサポート！
厳しい食事制限や運動は必要ありません。

食事と運動の
プロによる
パーソナル支援

生活習慣全般
管理栄養士

200以上の豊富な
動画コンテンツ
やコラムをご用意



健康づくりの
裏技をお届け

健診値を守る
賢い飲酒法

痩せ体質
づくりなど

運動監修
理学療法士

支援のスタイルが選べる！



共感型
無理のないペースで
取り組みたい方



牽引型
ズバリ言われたい方



論理型
「なぜ効果があるか」
根拠を知りたい方

アプリのミッションクリアでデジタルギフトGET

ファミリーページアプリの健康づくりミッションを
クリアするとお好きなデジタルギフトをプレゼント！

最大 **2,000円分** プレゼント！

8個～9個で1,000円分 10個以上で2,000円分

ポイント

amazon
gift card



1.本プログラムは保健支援センターによる提供です。

本プログラムについてのお問い合わせはAmazonではお受けしていません。

保健支援センターお問い合わせ窓口[wellness@hokenshen.jp]までお願いいたします。

2.Amazon、Amazon.co.jp およびそれらのロゴはAmazon.com、Inc.またはその関連会社の商標です。

3. PayPayポイントは出金、譲渡不可です。PayPay公式ストアでも利用可能です。

4. 都合により商品が変更になる場合がございます。

5. 本チラシを店頭でご提示いただいても、商品をご利用いただけません。



さらに！

セルフケア期間(支援終了後)も
健康づくりに関するミッションクリアで
こども食堂へ500円寄付

ミッション
クリア

500

こども
食堂

あなたの健康が
こども達の健康
にもつながる

※当プログラム(特定保健指導)はオリックスグループ健康保険組合が「保健支援センター」に委託をして実施しております。

株式会社 保健支援センター 0120-62-3833 (平日9:00～17:30)

健康づくりは人づくり
HSC 保健支援センター
SDGs