



8月1日より

当センターでも、特定保健指導が受けられるようになりました！

しかもご本人様の費用負担はゼロです！※

※今回の健診結果より、一定の条件を満たしている方のみが対象となります。

特定保健指導とは？

特定保健指導とは、特定健康診査(生活習慣病予防健診)の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、生活習慣を見直すサポートを行なうものです。特定保健指導は、リスクの程度に応じて、「動機付け支援」と「積極的支援」とに分類されます。

1人1人の健康を維持していくことが、将来の医療費削減にもつながります。ご自身の健康の為、みんなの安心の為に、ぜひ、特定保健指導を利用しましょう！

対象となった方には、以下のようなスケジュールで支援をご提供致します。

	初回面談	1ヵ月後	2ヵ月後	3ヵ月後	4ヵ月後	5ヵ月後	6ヵ月後
動機付け支援	🪑 個別面接 メタボ改善のための生活についてお話しします。	※動機づけ支援は、原則1回の支援となります。					☎️ TEL 生活習慣の状況や体重などをうかがいます。
積極的支援	☎️ TEL	🪑 個別面接 体重の変化の確認など、継続サポートをします。		3ヵ月間を振り返り、今後の生活について相談します。			

