

個別コース 1：リンケージ

- ・初回面談は、**スマホ・タブレット等**を利用する「**オンライン面談**」です。
- ・スマホ・タブレット等をご利用いただけるインターネット環境と、面談当日にプライバシーを確保できる場所をご用意ください。
- ・オンライン面談の接続等でご不明な点があればヘルスケアスタッフがサポートいたします。
- ・面談予約はスマホ・タブレット等からできるので面談日時調整の手間がかからず、また、面談場所へ出向く必要もないので、手軽に受けていただくことができます。

個別コース 2：専門医ヘルスケアネットワーク

■特徴

- ・初回面談は、**WEB (ICT) 面談**※1 で実施します。
- ・初回面談後は、メールや電話による「3か月間」の継続支援を行います。
- ・**専門医監修のプログラム**をご提供！

※1「Microsoft Teams」を使用します。

「カメラ付きPC」「スマホ・タブレット」「レンタルiPad（無料）」、
ご都合のよろしい機器でご参加いただくことが可能です。

★下記からお好きなコース（ご参加特典有）を1つお選びいただけます。（自己負担はございません）

①ラクトフェリンコース

内臓脂肪を減らすのを助け、高めのBMIの改善に役立つ機能性表示食品「ラクトフェリン」を用いて、生活習慣改善をサポートします。

②スマートウォッチコース

心拍数、歩数、血中酸素レベル、睡眠モニタリング等が可能な「多機能防水スマートウォッチ」を用いて、あなたの生活習慣改善を総合的にサポートします。

③腸活ダイエットコース

水溶性食物繊維豊富なもち麦スープのご提供に加え、アプリを用いた毎日の排便記録で、便秘解消をはじめ、健康管理をサポートします。

④SAS検査コース

強い眠気、疲れがとれない方、睡眠に不安のある方には、自宅で指につけて一晩寝るだけの簡易検査を実施し、無呼吸症候群（SAS）の可能性を調べます。



OPPO Band Style



個別コース 3：ベネフィット・ワン

■特徴

- ・フィットネスクラブを安価で利用できる「**ハピルスカード**」をプレゼント。
- ・ネットが苦手な方でも楽々面談が可能！**必要なのはスマホだけ！**
当日は指導員からの電話で誘導致しますのでネットが苦手な方でも心配いりません。
※**パソコン/タブレットでも実施可能**です。
- ・初回面談は 平日8:00-20:00 土曜日9:00-18:00で対応可能。

■プログラムの流れ

オンライン初回面談 30分 → 3か月後評価 → メールにてリバウンド防止サポート