

無料

で指導が  
受けられます

ひかり健康保険組合 委託企業

FitsPlus × スギ薬局

# 管理栄養士と一緒に 「正しく食べる」を 当たり前毎日に。



毎日の食事を見直すきっかけになること間違いなし！  
食のプロが、あなたの食生活を正しく導きます。  
あなた自身のやる気次第で、必ず成果に繋がります。

## ▼ こんな方にオススメです ▼

- 忙しくて時間がない方
- 食事制限をしたくない方
- 生活習慣を否定されたくない方
- アプリで気軽に指導を受けたい方
- 日頃からスギ薬局を利用されている方

プログラムの詳しい内容は裏面をご覧ください。



## ▼ 3つの特徴 ▼

### 1 選べる初回カウンセリング方法



近くのカフェ



テレビ電話



スギ薬局

「テレビ電話でスマホ・PC」から受けられる他、「近くのカフェ」「スギ薬局」にて実施可能です。

### 2 管理栄養士(国家資格)がアドバイスを行います



「しっかり食べて無理なく痩せる」プログラムでサポートします！

### 3 選べる定期支援ツール



アプリ



メール



郵送

継続しやすいツールで定期指導を受けることができます。

