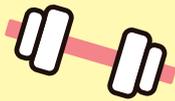
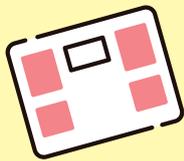




ONLINE 特定保健指導 プログラム



a: LEAN BODYコース

フィットネス動画配信サービス
「LEAN BODY」を無料で利用!



<https://waaq.jp/p/sms-healthcare/leanbody>

b: 食事メインコース

食事サポートをメインとする
スタンダードコース
※女性も選択可能



<https://waaq.jp/p/sms-healthcare/tokuho>

c: 女性のための栄養指導

女性ホルモンの変化や女性特有
の不調やお悩みに合わせた
サポート



https://waaq.jp/p/sms-healthcare/tokuho_f

こんな方におすすめ

運動に挑戦したい

自分に合う食事が知りたい

女性の身体に合うサポート
が受けたい

既に食事には気を付けている

運動は既に取り組んでいる

食事、運動気を付けている
けど変化がない

コミュニケーション頻度は
少ない方が良い

プログラムの流れ

1

申込む

提供プログラムを確認し表面のQRコードよりお申込み



2

面談予約

平日：8:00～19:00
土日：要相談



3

専用アプリ^(※1) ダウンロード



4

ビデオ面談



5

LEAN BODY^(※2) レッスン



6

チャットでサポート



※1 専用アプリ「リモカラ」を使用します ※2 LEAN BODYコース選択の方限定です

提供プログラム

NEW

a

運動 + 食事



+



取り組みの成果や活動量も分かる！



プログラム内容

従来の食事サポートに加え、フィットネス動画配信サービス「LEAN BODY」を無料で利用可能、一人ひとりに合ったコンテンツをご提案

b

食事



プログラム内容

食事サポートで睡眠、疲労回復など、気になる体のお悩みを改善

c

女性

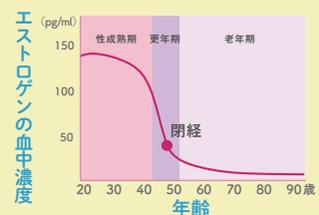


プログラム内容

女性ホルモンの変化や女性特有の不調やお悩みを改善

閉経前後の5年の期間には、女性ホルモンの分泌量が急激に減少。に伴い、「高血糖」「高血圧」「脂質異常」のリスクが増加。

女性ホルモン(エストロゲン)の変化



問い合わせは
こちらから



0120-692-285

受付時間：平日9時～17時 ※年末年始を除く

お名前、生年月日、ご住所、お持ちであればメールアドレスをお伺いいたします