

# 【重要】特定保健指導のご案内

2024 年度に受けていただいた健診の結果、貴方は特定保健指導の対象者となりました。

皆様の実施状況が保険料率の増減にも影響を及ぼすため、下記案内に従い、

**2025 年 11 月 28 日までに必ずお申込み**いただきますよう、お願ひいたします。

※期日までにお申込みのない方には、健康保険組合もしくは委託業者よりご連絡させていただく場合がございます。

## 【特定保健指導とは】

特定健診の結果から、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、専門スタッフ（保健師、管理栄養士など）が生活習慣を見直すためのサポートを行うプログラムです。

▼ご希望のコースを 1 つ選び、お申し込みください。



指導会社	エス・エム・エス	くすりの窓口	フィツップラス
面談場所	どこでも（ビデオ通話）	提携の薬局店舗 or ビデオ通話	指定場所 or ビデオ通話
サポート方法	スマホアプリのチャット機能 or メール	電話 or メール	WEB or メール
こんな方に オススメ	自分の興味やライフスタイルに合った サポートを受けたい方	薬局で手軽に 指導を受けたい方	カフェや自宅の近くで 対面で面談を受けたい方
プログラムの 特徴	<p>4 つの豊富なプログラムから選べる！</p> <p>Ⓐフィットネス特典付き Ⓑ食事で健康改善 Ⓒ女性専用サポート Ⓓベースブレッド特典付き</p> 	<p>お近くの薬局で 対面で面談が受けられる！</p> <p>4 週間分の食事レシピなどもプレゼント</p> 	<p>勤務先や自宅付近のカフェ等で 面談が受けられる！</p> <p>お悩みに沿ったプログラムをご提案</p> 
申込方法 (QR コード)			 
申込方法 (電話)	0120-692-285 (受付時間：平日 9 時～17 時)	0120-865-179 (受付時間：平日 9 時～18 時)	0120-371-912 (受付時間：平日 10 時～18 時)

・お申込みをされなかった方を対象に、お電話もしくはメール、提携薬局にて申込勧奨のご案内をさせていただくことがございます。

・ご不明点は、ひかり健康保険組合までお問い合わせください。（☎:03-6365-1454 / ☐[info@hikarikenpo.or.jp](mailto:info@hikarikenpo.or.jp)）

・各プログラムの詳細につきましては、2 枚目以降の各リーフレットをご参考ください。