

IHIグループ健康保険組合 2024年度「特定保健指導プログラム」早見表

目的		プログラム概要	プログラム提供会社 (委託先)	面談方法	支援期間
食習慣改善	①	内臓脂肪の低減をサポートするサプリ(ラクトフェリン)を服用して生活習慣改善をサポート。 ※ ipadレンタル可能、どなたでもWeb面談参加可能	専門医ヘルスケアネットワーク 【面談可能日時】 9:30～18:30 (平日・土日祝) ※上記以外の時間も相談可	【個別型のみ】 Web面談	3～3.5か月
	②	腸内環境改善をサポートする機能性表示食品(ビフィズス菌)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。 ※ ipadレンタル可能、どなたでもWeb面談参加可能		【個別型のみ】 Web面談	3～3.5か月
運動習慣改善	③	・ボディメイクや肩こり改善など12種類のコースの中からご興味があるものをご選択いただけます。 ・完全オンラインなので場所を選ばず、ご都合に合わせて気軽に受けていただけます。 ・chocoZAP4か月間通い放題 ・健康管理のサポートに役立つ健康グッズとして体組成計とヘルスウォッチを無償配布。 ※ 従業員は、会社PCまたは携帯を使って面談ができる方のみ申込可	RIZAP 【面談可能日時】 9:00～20:00 (平日) 9:00～18:00 (土) ※日曜は実施不可	【個別型のみ】 Web面談	3か月
その他	④	重碳酸温浴法入浴剤を用い、生活習慣改善をサポート。重碳酸イオンが毛細血管までしっかり広げ、温浴効果により血行を促進します。 ※ ipadレンタル可能、どなたでもWeb面談参加可能	専門医ヘルスケアネットワーク 【面談可能日時】 9:30～18:30 (平日・土日祝) ※上記以外の時間も相談可	【個別型のみ】 Web面談	3～3.5か月
	⑤	吉本×SOMPO!「笑って健康」プロジェクト ジャンボケやしゅんしゅんクリニックPといった人気芸人が生活習慣の改善に取り組んだらどうなる…?! 本プログラム参加者限定で動画が配信されます。 吉本芸人と一緒に生活習慣の改善に取り組みましょう! 保健指導完了者へ1,000円分のデジタルチケットを進呈 Amazonやdポイント、コンビニやお店で使えるギフト券など好きなものに交換できるデジタルチケットをメールでお届け。がんばった自分をねぎらうことも大切です。 ※ 従業員は、会社PCまたは携帯を使って面談ができる方のみWEB面談の申込可	SOMPOヘルスサポート 【面談可能日時】 ●Web面談 9:00～21:00 (平日・土日祝) ●訪問面談 9:00～18:00 (平日・土日祝)	【個別型のみ】 ● Web面談 ●訪問面談	3～6か月
	⑥	初回面談時に選べる! 健康管理のサポートに役立つ健康グッズ（縄跳び+ストレッチマット or おからパウダー or バランスクッション+体組成計 or ノンフライヤー）を無償配布。 3か月間グッズを使いながらハッピーでヘルシーな生活習慣を定着させましょう。 使い方も初回面談時にお伝えします。 ※ 従業員は、会社PCまたは携帯を使って面談ができる方のみWEB面談の申込可	ベネフィット・ワン 【面談可能日時】 ●Web面談 8:00～20:00 (平日) 9:00-18:00 (土) ●訪問面談 9:00～20:00 (平日) 9:00-17:00 (土日祝)	【個別型】 【事業所型】 ● Web面談 ●訪問面談	3～5か月