

【まずはお申込みを！】阪和興業健康保険組合からの重要なお知らせ

スギ薬局グループ

管理栄養士がアドバイス

生活習慣改善支援 プログラム

参加費
無料

参加者限定プレゼント & 達成者限定特典

選べる！
参加特典

10
コース

選べる！参加特典 10コースは
初回健康相談時にご選択いただけます。

塩 分

いつもの食事
減塩しよう！

糖 質

いつもの食事
糖質コントロール！

脂 質

いつもの食事
イ油を摂取！

食物繊維

食物繊維を
食べよう！

間 食

間食、
やめなくてOK！

飲 酒

休肝日も
楽しくなる？！

運 動

運動する
あなたを応援！

睡 眠

良質な睡眠を
サポート！

女 性

女性のキレイを
応援！

口 腔

口腔ケアで
歯の健康を守る！

達成者
限定！

-2cmかつ-2kg※

達成特典

ギフト券**2,000円分**

※ 初回面談より約3か月後の支援終了時、
健診時の数値より-2cm以上かつ-2kg以上減量いただけた場合のみ

選べる！参加特典の詳細は
別紙をご覧ください >>>>

支援回数目安

●:1回の支援を示します

※:目標達成状況に応じて、追加支援がございます。

初回面接

継続支援

最終評価(約3か月後)

積極的支援

●

●

●

●

●

●

○※

動機付け支援

●

●

●



身体改善プランを
一緒に立てます！



身体改善に向けて気にな
ることを確認できます。



最後に取り組み内容の
振り返りを行います。



えらべる！初回健康相談方法

A~Dの
4タイプ！

スギ薬局店舗で

A コミュニティスペース



各種測定機を
利用したい方に

B 旧調剤室個室待合室



簡易個室で周りを
気にせず受けたい方に

C 調剤カウンター待合室



調剤カウンターで気軽に
受けたい方に

D 店舗フロア



店舗の空きスペースで
気軽に受けたい方に

オンラインで

ご自宅や勤務先など
お好きな場所で！



スマホなどで
気軽に受けたい方に！

以下の確認事項をご了承の上、お申し込みください

- ✓カメラ機能付きのパソコンまたはタブレット、スマートフォン等をご用意ください
- ✓接続いただくZOOMのリンク先、及び面接資料のリンク先は後日メールでお送りします
「@sugi-wellness.co.jp」のドメインよりお送りします
- ✓データ通信料はご本人様負担となります

健康相談実施までの流れ

STEP1 申し込み



対象者の方へ健康組合へメールでご案内します。

- 1)メール内の申込フォームにアクセスいただき、「スギ薬局での指導を希望」をご選択ください。
- 2)ご記入の内容をもとに後日、スギウェルネス株式会社(スギ薬局グループ)の特定保健指導担当者より実施場所と日時調整のお電話をさせていただきます。

実施可能な
スギ薬局店舗
一覧はこちら



店舗一覧URL：
<https://www.sugi-net.jp/contents/data/tokuho.tenpolist.pdf>

STEP2 初回健康相談実施



当日、ご予約の店舗へ
直接お越しください



当日、ZOOMのリンクへ
接続して実施



初回健康相談終了後、
ご自宅に参加特典をお届けします！
コース詳細は初回面接時にご案内いたします。

予約確定メールにZOOMのリンク先、面談資料のリンク先が
掲載されています。資料を印刷してお手元に準備ができる方は
ご用意ください。
カメラに接続し、お互いの表情が確認できる状態で実施します。

制度に関する問い合わせ

阪和興業健康保険組合

tel: 06-7525-5358

[電話受付時間] 9:00 ~ 16:00 (平日のみ)

プログラムに関する問い合わせ

スギウェルネス株式会社(スギ薬局グループ)
特定保健指導担当

tel: 050-3528-5548

[電話受付時間] 10:00 ~ 18:00 (土日祝含む)

・スギ薬局の店舗ではお問い合わせやご予約に対応しておりませんので、ご不明点やご予約は上記番号までお問い合わせください
・個人情報保護の取扱いについて、阪和興業健康保険組合とスギウェルネス株式会社は、個人情報を適切に管理するよう業務委託契約を締結しています

参加特典

10

コース

スギ薬局グループのプログラム参加で
えらべる！もれなくもらえる！

1 はじめよう、
ゆるしお生活

減塩調味料・食材セット

減塩
調味料



減塩
食材



塩分
排出



2 いつもの食事で
糖質コントロール

減糖質調味料・食材セット

減糖質
調味料



減糖質
食材



糖質吸収
抑制



3 いつもの食事で
よい脂を！

調味料・食材セット

n-3系
脂肪酸



4 食物繊維を
食べよう！

高食物繊維食材セット

食物
繊維



5 間食、
やめなくてOK！

ヘルシー間食セット

低糖質



食物
繊維



難消化性
デキストリン



6 運動する
あなたを応援！

脂肪燃焼、筋肉サポート
汗対策セット

脂肪
燃焼



筋肉
サポート



汗対策



7 良質な睡眠を
サポート

疲労回復、カフェインレスグッズ

疲労回復
快眠



カフェイン
レス



8 女性のキレイを
応援！

イソフラボン食品
美肌セット

イソ
フラボン



美肌



9-1 休肝日も
楽しみになる！

ビール編

ノンアルコール
ヘルシーおつまみセット

ノンアル
飲料



ヘルシー
つまみ



9-2 休肝日も
楽しみになる！

酎ハイ編

ノンアルコール
ヘルシーおつまみセット

ノンアル
飲料



ヘルシー
つまみ



10 歯の健康を
守る！

ガム、マウスウォッシュ
歯ブラシセット

歯周病
ケア



歯ブラシセットは
いずれかのカラー
選択不可



スギウェルネス

※商品パッケージは変更されることがあります
また取扱い状況に伴い、コース商品は変更されることがあります