

2019年11月13日

被保険者各位

フジクラ健康保険組合

「オンラインダイエットプログラム」の参加者募集

このたびフジクラ健康保険組合は40歳未満の被保険者の方を対象に「オンラインダイエットプログラム」を実施することとなりました。20代30代のうちから食習慣を整えていくことで、理想の体型に近づきより健康的な生活が期待できます。

この機会に積極的にご参加ください。




なお、本プログラムは専門業者の（株）エス・エム・エスに委託しており、申込から支援を受けるまでを、全てスマートフォンで、且つ無料で参加できるものです。

■本プログラムの対象者について

40歳未満の被保険者（従業員）の方（※おおよそBMIが25以上の方を対象としており裏面をご参照ください）

■プログラム概要（詳細は別添リーフレットご参照）

専属の管理栄養士がデータに基づきあなただけのプログラムを作成、マンツーマンでダイエットのサポートを行います。なおプログラムの期間は3か月間です。

参加申込方法（いずれかの方法でお申し込みください）	
 インターネットでカンタン申込 https://rmkr.jp/hs/gp1 ※大文字・小文字などの入力間違いにご注意ください	QRコードを読み取り、 申込ページにアクセスすることも 可能です 
 電話で申込(受付時間：平日10時～17時) 0120-692-285	お名前、生年月日、ご住所、メールアドレスを 伺わせていただきます

- 申込期間： 2019年12月13日(金)まで（ただし定員に達した時点で締切）
- 定員： 先着70名
- 参加費用： 無料（厚生労働省実証事業のため、本人、会社、健保の負担なし）

事業に関する 問合せ先	フジクラ健康保険組合 担当：舟橋 直哉 TEL：03-5606-1031 naoya.funahashi@jp.fujikura.com	サービス内容に関する 問合せ先	株式会社エス・エム・エス オンラインダイエット事務局 TEL：0120-692-285 Mail： sms.hokensidou@bm-sms.co.jp
----------------	---	--------------------	--

【BMI25 以上の身長・体重例】

以下 BMI25 以上の方の身長・体重の参考値になります。

例	身長	体重
1	155cm	60kg 以上
2	160cm	64kg 以上
3	165cm	68kg 以上
4	170cm	72kg 以上
5	175cm	76kg 以上
6	180cm	81kg 以上

$$\text{BMI (肥満指数)} = \text{体重 kg} \div (\text{身長 m} \times \text{身長 m})$$

20代、30代向けの

LINEで簡単

オンライン

ダイエット

私と一緒に
チャットで楽しく
健康的な体を
目指しましょう

最近、
お腹周りが
気になって
きたな....



本コースに申し込ただけなのは、年齢40歳未満の方のみです

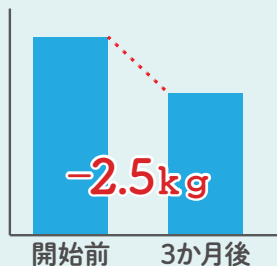
オンラインダイエットの特徴

30代男性(BMI25以上)の方の実績

対象者の8割以上が
ダイエットに成功



さらに平均で2.5kgの
体重減少に成功



- ① 実績のある管理栄養士がマンツーマンで指導
- ② データに基づきあなただけのプログラムを作成
- ③ スマホで取り組むから空いた時間に気軽にできる
- ④ 激しい運動や食事制限などの制約なし
- ⑤ 本プログラムへの参加費用は無料

ご利用者の

声



30代男性

アドバイスのお陰で、体重を落とすことに成功、ピチピチだった服も余裕が出来て、たいへん満足なプログラムでした。



30代女性

3ヶ月間ありがとうございました。食事記録が日課になりつつあったのでアドバイスを頂けないのが本当に寂しいです。

1人1人に合ったサポートをします！

OK! 相質
談問
もも



会食が多い方



今週は飲み会が多いのですが……

参加して大丈夫です！ビールより糖質の少ないハイボールがおススメです！



仕事が忙しい方



シフト勤務で忙しくてチャットが見れなくて、すぐに返事ができません。

お返事はいつでもOKです。「やってみます！」「OK!」などの一言でも大丈夫ですよ。



減量したい方



もう少し、体重を減らしたいのですが、どうしたらいいですか。

これまでの食事記録やデータを分析して、最適なアドバイスをしていきます。



簡単に取り組みます！

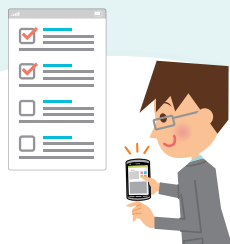
申込

下記の申し込み方法からお申込みください。



WEB診断

WEBで生活習慣のチェックを行います



初回面談

アンケート後、スマホのビデオ通話で簡単面談！



継続サポート

チャットでアドバイス



参加申込方法

(BMI25以上の方が対象になります。申込ページでご確認ください)

📶 申し込みページへ

<https://rmkr.jp/hs/gp1>

※ご入力まちがいにご注意ください。

📶 電話申込

0120-692-285 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伺わせていただきます。
(受付時間：平日10～17時 ※年末年始を除く)

📶 二次元コードを読み取り、申し込みページへ 【二次元コードを読み取り、直接お申し込みページへどうぞ】

右記の二次元コードを読み取り、申し込みページにアクセス ……………



読み取り機能がない場合は、直接上記のURLを打ち込んでください。

問い合わせ先【参加申込、サービス内容に関する問い合わせ】…………… 株式会社エス・エム・エス sms.hokensidou@bm-sms.co.jp

* 先着順にご案内していきますので、お早めに参加申込をお願いします。