

訪問型・リモート型 特定保健指導のご案内

特定保健指導とは？

特定保健指導は、高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病のリスクがある方へご案内しています。これらの生活習慣病は動脈硬化が進行し、心臓や腎臓などの大切な臓器にも影響を及ぼしていきます。

健康診断の結果を把握し、保健指導の専門職(保健師・管理栄養士)から生活習慣改善のアドバイスを受け、健康づくりに取り組みましょう。



保健指導の内容について

-2 kgの減量を中心とした健康づくりにお取り組みいただきます

初回面談は、訪問またはリモート面談にて行います(おひとり様30分程度)。

高血糖・高血圧・脂質異常のリスク数に応じて「積極的支援」、「動機付け支援・動機支援相当」に分かれ、初回面談後、3ヶ月程度保健指導をご利用いただきます。

【積極的支援の場合】

初回面談 (リモート)	健診結果と生活習慣から、保健指導の専門職と、3カ月の-2 kg減量の健康づくりプランを作成します。
1ヶ月後 (チャット)	チャットでお取り組みの状況確認や目標達成に向けたアドバイスをお送りします。
3ヶ月後 (チャット)	3ヶ月のお取り組みを振り返り、生活習慣や体重などの変化を確認します。 -2 kgの目標達成の場合終了です
3ヶ月以降 (チャット)	3か月で-2 kgの目標に届かなかった場合、引き続きお取り組みの様子をお伺いします

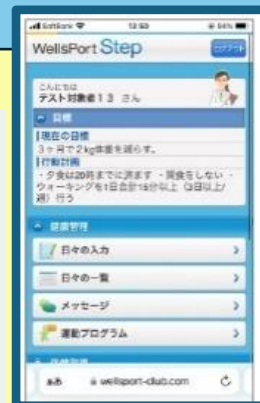
【動機付け支援・動機支援相当の場合】

初回面談 (リモート)	健診結果と生活習慣から、保健指導の専門職と、3カ月の健康づくりプランを作成します。
3ヶ月後	3ヶ月のお取り組みを振り返り、生活習慣や体重などの変化を確認します。

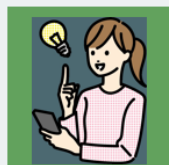
特定保健指導支援システム

WellsPort Step について
ウェルスポートステップ

令和6年4月の特定保健指導より
スマホで「WellsPortStep」を
ご利用いただきながらすすめています



【「WellsPortStep(保健指導支援システム)」の特徴】



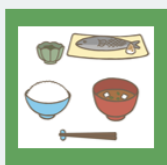
操作が簡単!

IDとパスワードのログインで
スタート



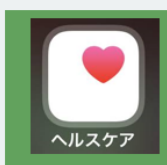
LINEと連携

メッセージはLINEで通知



食事記録

栄養評価ができる
食事の記録・カロリー計算
バランス評価などが可能です



ヘルスケアアプリと連携

iPhoneの「ヘルスケア」
Androidの「GoogleFit」
WPコネクタアプリで連携



健診結果が確認できる

スマホからいつでも結果確認



株式会社すせり

保健指導事業所

〒690-0017 松江市西津田 2-8-2 カワタビル

TEL 0852-61-8705

FAX 0852-61-8706

ウェブサイト <https://www.suseri.co.jp/>