Benefit one
Dai-ichi Life Group

特定保健指導のご案内

あなたにあったグッズで結果を出そう!!

3か月間で体重腹囲の改善を目指す生活習慣改善プログラムのご案内です。
健康サポートの専門家 保健師・管理栄養士等があなたのライフスタイルに
合わせたプランをご提案します。

健康応援グッズ 面談後全員にプレゼント!

初回面談時に、ご希望の商品を一つ選択してください。

A スマートウォッチ

スマートフォンと連携可能!

1日の活動量を
把握することで、
活動量アップ
間違いなし!

使用可能機能 歩数、カロリー、心拍、脈拍管理、睡眠モニタリング、時計表示、ストレスモニタリング、SNS通知、アプリ通知、座りすぎ注意、血中酸素濃度測定機能等 ※色は選択できません。

B 活動量計付き縄跳び+トレーニングマット

肩こり・腰痛予防のストレッチにも◎

室内でも
ロープを取り外し
エアー縄跳び可能!
跳んだ回数に加え、
消費カロリーの
確認ができる!

屋内では身体の負担を軽減するストレッチマットを組み合わせて使用するとgood

C バランスクッション+体組成計

記録付けを日課に!

日常生活に筋トレを
取り入れよう!
体組成計では体重に限らず、
BMI・体脂肪率・
基礎代謝などの
複数項目の測定が可能!

※段ボールは別々で届きます

D 満腹ダイエットセット

運動は苦手、食欲をコントロールしたい方にピッタリ!

日本のスーパーフード
「おからパウダー」で
我慢せずに
理想の体重を
目指しましょう!

【セット内容】・おからパウダー1か月分 ・おすすめレシピ ・活用法動画

E ノンフライヤー

食事制限やカロリーが気になる方におすすめ!

油を使用せず
熱風循環で調理!
美味しい揚げ物を
ヘルシーかつ
手軽に楽しめます

レシピブック付

ベネフィット・ワンの特定保健指導詳細は裏面へ

※商品は初回面談時にお選びいただきます。
面談後約2週間でご指定の住所にお届けいたします。
※特定保健指導プログラムの支援期間終了後も、
返却の必要はございません。
※画像はイメージです。また、商品は予告なく変更となる場合がございます。ご了承ください。

ハピルス チェンジ
HAPPYLTH CHANGE

かんたん! ベネフィット・ワン特定保健指導の特徴

Feature 01
全国のフィットネスクラブで使える ハピルスカードプレゼント

11社のフィットネスクラブが利用可能

CENTRAL SPORTS / SPORTS CLUB NAS / ésforta / MEGALOS / KONAMI SPORTS CLUB
COSPA Comfortable Sports Space / ひと、とき、輝く TOKYU SPORTS OASIS / AXIOS / GOLD'S GYM / JEXER FITNESS CLUB / Curves

※都度利用ではなく、1週間無料体験の特典となります。

1回当たり550~3,000円程度でのご利用が可能です

※利用可能施設については、予告なく変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。
※ハピルスカードは、オンライン上での提示となります。また、デザインはイメージとなります。

月会員にならなくてもOK!
1回ごとの都度利用料金だけでご利用頂けます。

Feature 02
オンライン面談/対面面談 選択可能!

オンライン型面談

平 日/8:00~20:00
土曜日/9:00~18:00にて対応可能

パソコン・スマートフォン・タブレットを使用したウェブ面談のため自由な場所で実施ができます。
接続簡単!面談当日は担当専門職がお電話でご案内いたします。

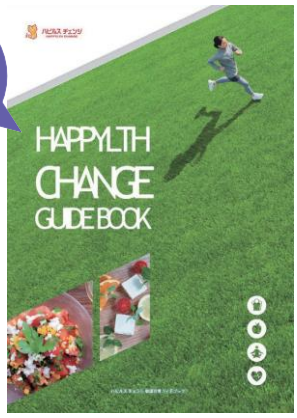
対面型面談

平日・土日・祝日対応可能
※時間は対象者様のご都合の良い時間にて相談員と相談の上決定致します。

担当専門職が職場やお近くの飲食店などご希望の場所までお伺いします。

Feature 03
目標設定や日々の管理に役立つ 健康習慣ガイドブックを使用!

分かりやすいオリジナルテキストブック



健診結果の振り返り

目標設定のサポート

カロリー早見表

情報提供

※冊子の内容は予告なく変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

専門職と継続できる生活習慣を一緒に身に付けていきましょう!

参加条件

オンライン面談の場合
スマートフォンまたはタブレットまたはPCが必要
・データ通信料はご本人様負担
・面談時は、カメラ付きのデバイスをご用意ください

問い合わせ

株式会社ベネフィット・ワン
TEL: 0120-383-317
(受付時間:平日9時~17時)

Benefit one
Dai-ichi Life Group
プライバシーマーク 10860031(11)