

糖尿病予防プログラム

申込期間 10/19(木)~11/2(木)

通常69,300円→自己負担0円！

(費用は健保が負担します！)



スマホ申込フォーム

パーソナル生活習慣トレーニング

始めませんか？

体型の変化が
気になり始めたが
具体的に何を
どうすればいいか
わからない

ダイエットは
継続できず
挫折してしまう

独自の健康法を
実践しているが
効果が見えない

人間ドックの
数値が悪化
してしまった…



日本生命グループに所属する、経験豊富な保健師等が
約3カ月間、あなたの保健指導を担当します！

糖尿病予防プログラムの3つの特長

ポイント1

時間・場所の制約が少ない遠隔指導

保健指導はすべてTV電話や専用Webサイトからのメール等でおこないます

ポイント2

バイタルデータに基づく効果的な改善指導

バイタルデータはWebサイトを経由して担当保健師等に共有されるため、
参加者ならではの改善ポイントや気づきを得られます

ポイント3

高い成果と参加者満足度

参加者約7割に、平均グルコース値の改善や
血糖値スパイクの減少といった効果が出ています。



ICTを活用したセルフチェックと遠隔指導で生活習慣改善を応援

流れ

X-2月

専用Webサイトアカウント登録

プログラムで使用する専用Webサイトの登録をします



ご自宅に機器を配送

各種機器の初期設定やアプリのダウンロードを済ませ、セルフモニタリングを開始します

X-1月

セルフモニタリング開始

血糖管理ツールによる24時間×2週間のグルコース値、および体重、歩数の測定

X-1月



TV電話による初回面談

遠隔面談で担当保健師等と一緒に行動目標を策定します

START
X月

メッセージ・TELによる継続指導×5

モニタリングデータに基づき2週間に一度、遠隔による保健指導を受けます



最終評価

プログラムの成果を確認します

X+3
月

ICTを活用した健康状態の測定

活動量計

オムロンヘルスケア株式会社
「カロリスキャン」



血糖管理ツール※

アボットジャパン合同会社
「FreeStyleリブレ」



(オプション機器として、血圧計・体組成計をご用意しております。)

※ 血糖測定にはセンサーを装着し、アプリもしくは専用リーダーでデータを読み取り・記録します。参加者のスマートフォンのご利用環境により、血糖管理ツール（アプリもしくは専用リーダー）が異なります。

専用Webサイト「N-lis」で測定データをチェック

ホーム画面



血糖管理



各種予約



遠隔による保健指導

担当保健師が個々のバイタル・行動データを確認しているため、スムーズに適切な保健指導が受けられます



約3か月のプログラム期間中に計7回*遠隔で保健指導を行います。
*初回面談、継続支援5回、最終評価の計7回