Benefit one
Daiichi 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 ノンフライヤー

食事制限やカロリーが気になる方!

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



B 完全メシ

ジャンキーなのに!大事な栄養マルっと!

話題沸騰中!
忙しいときでも
あなたの味方
とにかく美味しいのに
33種類の
栄養素バランスが整い
結果につながる!



5種×各1食の冷凍5食セット

C コンパクトバイク(サイクルン)

無理せず楽に運動を日課に!

日常生活に運動を
取り入れよう!
ソファや床に
座りながらラクに
運動できる
コンパクトバイク!



D スマートウォッチ

スマートフォンと連携可能!

使用可能機能
24時間の健康モニタリング
・歩数計
・睡眠
・心拍数
・温度環境アラート付



使用可能機能 検温計、温度環境アラート、心拍計、歩数計、カロリー計算、睡眠測定、メッセージ・電話通知、座りがち注意、スポーツ対応

E 糖質カットご飯メーカー 食器プレート付

お米が大好き!糖質が気になる方!

今までと
同じご飯量で
糖質をカット!
食器プレートで
主食主菜副菜の
バランスも整う!



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。
※初回面談に参加し、継続支援も実施していただける方への特典となります。
※どの商品も色の指定はできません。

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



9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 / AXIOS / GOLD'S GYM / JEXER

1回当たり770～4,400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。

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!



zoom

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。
事前にお送りするURLより簡単に接続いただけます。

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。



※ 面談時に現在の体重をお伺いいたしますので、できるだけ【面談当日】に体重測定をお願いいたします。

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ガイドブック





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
パソコンまたはスマートフォン
またはタブレットが必要
・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30分）

Benefit one
Daiichi Life Group
プライバシーマーク 10660031(11)

今日からスタート! ムリなく継続できる健康習慣。

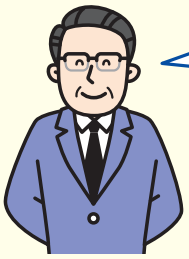
面談を受けた方の
86%※の方がやる気になったと回答

※2022年4月～2023年3月（株）ベネフィット・ワン実績



40代女性

ハードな目標ではなく、期間もちょうど良く取り組みやすかった。親身になって話を聞いてもらい、今のライフスタイルにあった目標設定をしてくれました。



50代男性

人の手を借りなくてもダイエット出来ると思ってましたが、面談で生活習慣の相談ができ、無理なく体重を減らすことができました。良いきっかけをありがとうございます。

「特定保健指導ハピルスチェンジ」3つのメリット

① 厳しい食事制限や運動は必要ありません

無理なく取り組めるプランを健康サポートの専門家（保健師・管理栄養士）がご提案します。



② 参加費は全て無料

費用は保険者（健保等）が負担します。

③ スポーツジムがお得に使えます



- 都度利用550円（税込）～
- 全国3,000店舗以上
- カード提示で面談後6か月間何度でも使い放題!

※料金は予告なく変更の可能性があります
※一部配布対象外の場合もございます

プログラムの流れ

初回面談

オンラインまたは対面で普段の生活の様子や健康診断の結果などから、あなたにピッタリの無理なく続けられる計画を一緒に立てていきます。

計画の実践

日々の生活の中で実践します。困ったときは、「健康相談センター」にて、いつでも専門家にご相談ください。
※電話もしくはメール

フィードバック

3か月後、目標の達成状況についてアンケートにご回答いただき、最終的なフィードバックをさせていただきます。

支援の流れを動画で紹介しています。



備考 ・ご利用資格：この案内を受け取られ、健診以降保険証（組合員証）に変更が無い方（保険者が変更となった場合はご利用いただけません）。・面談は30～40分程度です。
・面談日程は、ご都合に合わせて調整させていただきますが、ご希望にそえない場合がございます。あらかじめご了承ください。・面談の際に、ご家族の方の同席は可能です。
・場合によってはICT面談のみのご案内になりますことをご了承ください。・面談当日は、保険証（組合員証）と筆記用具をご持参ください。

個人情報の取り扱いについてこの特定保健指導事業は株式会社ベネフィット・ワンに委託して実施します。委託先には厳重な守秘義務と管理体制を課し、お申込みの際の個人情報についてはこの事業以外の目的に使用されることはございません。ICT面談における個人情報取り扱い同意書につきましては、事前にご署名をいただいていない場合、本人の同意を得た上で、面談担当者が代筆対応させていただきます。

実施機関 株式会社ベネフィット・ワン
TEL：0120-383-317