

最も簡単で効果あり!! 「しっかり食べるダイエット」のご案内

今年度の健康診断の結果、
あなたは「**生活習慣病予備軍**」の対象者になりました。
日本人の**死因の6割**※1は生活習慣病ではありますが、
日々の小さな工夫によって**簡単に解決**できます！
専門家と一緒に、あなたに合ったライフスタイルを作っていきましょう！



《あなたが食習慣を見直すだけで得られる3つのメリット》

メリット
1

収入の維持、多額の支出を避けられます

糖尿病になると、生涯医療費が**830万円**※2増加します。
入院などで会社を退職した場合には収入も減ります。

メリット
2

死亡リスクを下げられます

死因の6割を占める病気は糖尿病によってリスクが高まります※3。
がんや透析の**5年後の生存率は約60%**※4とされています。

メリット
3

今の生活を維持できます

生活習慣病は一度なると治らない※5と医療従事者は知っています。
一方、病気になる前の人は、その現実を知らないことが多く、
自身の健康以上に優先順位が高いものはないことを自覚しましょう。

※1 出典 政府広報オンライン <https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201402/1.html>

※2 出典 糖尿病ネットワーク <http://www.dm-net.co.jp/seido/02/>、<http://www.dm-net.co.jp/calendar/2013/020655.php>

※3 出典 糖尿病ネットワーク <http://www.dm-net.co.jp/calendar/2015/023773.php>

※4 出典 国立がん研究センター がん情報サービス https://ganjoho.jp/reg_stat/statistics/stat/summary.html

出典 一般社団法人日本透析医学会 <https://docs.jsdt.or.jp/overview/pdf2014/p029.pdf>

※5 出典 国立国際医療研究センター 糖尿病情報センター <http://dmic.ncgm.go.jp/general/about-dm/080/index.html>

参加希望者は裏面へ。※アプリを利用できる方だけが対象です。

Mealthy食事サポート6つのポイント

Point
1

お腹はいっぱい！
しっかり食べて簡単ダイエット

Point
4

やることは1つ！
食事写真を投稿をするだけ

Point
2

飲み会・ラーメンOK！
あなたにあった工夫を提案

Point
5

食べ方を変えるだけで
9割が減量に成功！

Point
3

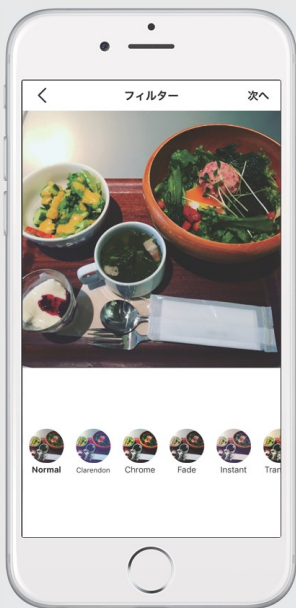
専任の栄養士がサポート

Point
6

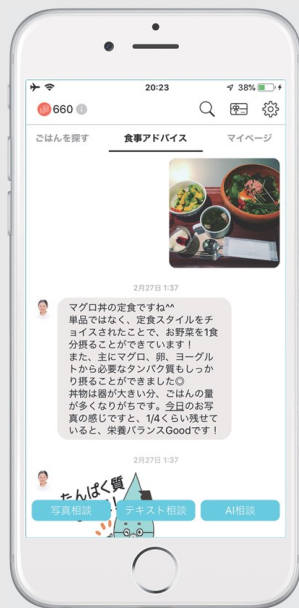
ダイエットに魔法の杖はなし！
一生使える知識を提供

STEP1 まずはアプリを無料ダウンロード

Mealthyのプログラムでは、専用アプリを用いて、担当栄養士とのコミュニケーションを行います。アプリをインストールできるか、食事写真を投稿できるか、ご確認のうえ、STEP2に進んでください。



食事写真の投稿



栄養士からのアドバイス



App Store
からダウンロード

対応機種：iOS11以上



Google Play
で手に入れよう

対応機種：OS6以上

STEP2 お申し込みはこちらから

右のフォームから初回問診に回答したうえで、プログラムの申し込みをしてください。

<https://goo.gl/X6tsPj>



《今後の流れ》

今回の申し込み



初回面談の案内



初回面談の実施



アプリ内サポート