



セキスイ・ヘルスアップ・プログラム

申込・面談予約手順書

セキスイ健康保険組合

最終更新日：2026/5/1

- 01.** プログラムの応募手順
- 02.** 本申込から面談予約までの手順
- 03.** よくあるご質問

01 プログラムの応募手順

01. プログラムの応募手順



手順①

▼メールでご案内の場合
ご加入中の法人様から届いたメール内のURLをクリック

▼チラシでご案内の場合
チラシ裏面に記載のQRコードをスキャン

手順②

「プログラム申込」のご同意

手順③

「個人情報の取り扱いについて」のご同意

手順④

「お客様情報」のご入力

➡ ご入力頂いた内容をもとにご本人様確認します

セキスイヘルスアッププログラム

☑めんどくさい ☑時間がない ☑でも痩せたい あなたも!

“ラクして実践”

株式会社 G 限定
RIZAP 株式会社 セキスイヘルスアッププログラム

自分のペースで
スマホで楽々
お家で完結!

98% 満足度!

オンライン・3ヵ月・完全個別

無理な運動や食事制限なし! たから、楽しく続けられる!

最適なコースをご提案します!

- ※個別指導コース (全 3ヵ月 10万円)
- ※グループ指導コース (全 3ヵ月 5万円)
- ※セルフ指導コース (全 3ヵ月 2万円)
- ※オンライン指導コース (全 3ヵ月 1万円)
- ※セルフ指導コース (全 3ヵ月 5000円)
- ※セルフ指導コース (全 3ヵ月 2500円)
- ※セルフ指導コース (全 3ヵ月 1250円)

参加者特典

chocoZAP 4ヵ月通い放題 chocoZAP + <サービス> 毎組成計

多謝について エキスパートが個別指導です

申込について ご案内のQRコード、一週間以内にお申込ください!!

01.プログラムの応募手順（詳細）



手順①-1 チラシでご案内の場合

webで申込

チラシ裏面に記載のQRコードをスキャンください。
※スキャンできない場合は、
QRコードの下に記載しているURLを
直接Webブラウザに入力してください

電話で申込

平日9時～18時の間にご連絡ください。

手順①-2 メールでご案内の場合

ご加入中の法人様より募集案内のメールが届きます。
メールに記載されたURLをクリックしてください。

▼URL

<https://rizap-healthcare.jp/request/form.html>

お申し込み方法 下記URLのお申込フォームへ、必要事項を入力してください

申込URL・二次元コード
<https://rizap-healthcare.jp/request/form.html>

電話申し込み ※ 保健指導専用窓口です
TEL: 0120-791-276 (平日9時～18時)
下記情報をお送りします
① 保険番号 ② お名前 ③ 生年月日 ④ 電話番号
⑤ メールアドレス
個人情報取り扱いについてご確認の上、お申し込みください
https://pages.rizap.jp/healthcare_info.html

**お申込後、RIZAPから指定アドレスに
下記アドレスでメールが届きます
rizap@houjin-tokuho@rizapgroup.com から送付
※届かない場合は下記まで問合せください**
問い合わせ先 電話: 0120-791-276 (平日9時～18時)
メール: rizap@houjin-tokuho@rizapgroup.com

全体の手帳はこちらから <https://x.gd/6nujD>

チラシ裏面に記載

5

01.プログラムの応募手順（詳細）



手順② 「プログラム申込」のご同意

「RIZAPトレーナーからのメッセージ」を一読の上、
ご同意にチェックを入れ『次へ』をクリックしてください。

RIZAP生活習慣改善プログラム申込書

RIZAPトレーナーからのメッセージ

皆さま、「理想の体」を思い描いてください。
その体を手に入れた時、どんな自分になっているでしょう？
笑顔が増え、自分に自信がつき、新しいことにチャレンジしたくなるのではないのでしょうか。

本プログラムでは、皆さまのライフスタイルに合わせた食事、運動のアドバイスを行います。
100人いれば100通りのプログラムがあります。
もちろん、ストイックな食事・運動は行いませんので、ご安心ください。

皆さま一人ひとりの人生がさらに輝くよう、3ヵ月間全力でサポートいたしますので一緒に取り組んで参りましょう！

☒ 内容を確認して同意する

次へ

手順③ 「個人情報の取り扱いについて」のご同意

「個人情報の取り扱いについて」を一読の上、
ご同意にチェックを入れ『質問票へ』をクリックしてください。

RIZAP生活習慣改善プログラム申込書

個人情報の取り扱いについて

RIZAP株式会社（以下「RIZAP」といいます。）は、「RIZAP生活習慣改善プログラム」（以下「本プログラム」といいます。）にご参加頂くにあたり、ご参加者の個人の情報を、RIZAPの「個人情報保護方針」（「個人情報取り扱いについて」（<https://www.rizap.jp/privacy/>）に定めるほか、以下のとおり取り扱うものとします。

1. 取得する個人情報の項目は：氏名、性別、生年月日、年齢、住所、ご連絡先（電話番号・携帯電話番号・メールアドレス等）、保険証記号・番号、特定保健指導区分、健康診査履歴、生活習慣に関する問診、医師からの意見、支援期間中にお使いの事項（両欄）

<免責事項について>
本プログラム利用中に怪った損害や怪我、その他の事故により発生したお金銭については、RIZAPは責任を負えないことに同意します。ただし、RIZAPは安全に常に十分配慮することとし、RIZAPに故意または過失があった場合は、この限りではありません。

☐ 内容を確認して同意する

質問票へ

6

01.プログラムの応募手順（詳細）



手順④

お客様情報のご入力

「お客様情報」をご入力頂き「申し込む」をクリックしてください



RIZAP生活習慣改善プログラム申込書

RIZAP生活習慣改善プログラムにご参加頂くにあたり、特定健康診査項目及び生活習慣に関する問診等の情報を委託元（保険者、事業所等）に照会させていただきます。

お客様情報をご入力ください。

※ 印項目は必須です

※ご自身の健康保険証を確認してご入力ください

保険者番号 ※
数値6桁もしくは数値8桁

記号 ※
半角数値、半角記号、全角文字
※健康保険証に記号項目が見当たらない場合は、上記に「0000」とご入力ください

番号 ※
数値

姓 ※ 名 ※
健康 花子

セイ ※ メイ ※
ケンコウ ハナコ

生年月日 ※
1980/01/01

メールアドレス ※
xxx@example.com

【重要】
chocoZAPをご利用頂いている場合、
chocoZAPアプリにログインする際のメールアドレス
をご入力ください。

メールアドレス（確認用） ※
xxx@example.com

電話番号 ※
09012345678（ハイフンなし）
※日中連絡が取れる電話番号をご記入ください

申し込む

→ 申込後の流れ

申込後“すぐ”に
＜RIZAPよりメール＞が届きますので
面談予約をお願いします

※ 下記のメールアドレスでお送りします。
rizophoujin-tokuho@rizapgroup.com
迷惑メールフォルダもご確認ください

※ メール到着後にメール内のURLをクリックして
面談予約をお願いします

02

本申込から面談予約までの手順

02.本申込から面談予約までの手順



手順①

RIZAPから届いたメール内のURLをクリック

→ 募集案内とは別のメールが応募後すぐに届きます

手順②

「個人情報取扱・chocoZAP入会」のご同意

手順③

「開始前質問票」のご回答

手順④

「パスワード」のご設定

手順⑤

メイン画面から実施前アンケート回答画面に遷移

手順⑥

「実施前アンケート」のご回答

手順⑦

「初回面談」のご予約

※ 面談予約は、“先着順”のためお早めにご予約ください

指導開始までの流れ

- 1 指定のメールアドレスに「予約フォームのURL」が記されて、1週間以内を目処に予約を完了させていただきます。
 - RIZAPプログラムの申込み
 - 実施前アンケートの回答
 - 面談のご予約(面談回数分)
- 2 面談日時を予約し、確定してください。
- 3 面談日までに個人宅または法人指定先へツール(chocoZAPスターターキット、テキスト、腹囲メジャーなど)を送付します。
- 4 面談日の1週間前と前日に面談についてのご案内、メールにてお送りします。(Web面談URL、準備物、アプリログインIDなど)
- 5 面談日までに「chocoZAPアプリ」をインストールし、案内内容でログインしてください。
- 6 Web面談はオンライン面談ツールを使用しますので事前に準備してください。URLは別途案内します。



02.本申込から面談予約までの手順（詳細）



手順① RIZAPから届いたメール内のURLをクリック

[rizaphoujin-tokuho@rizapgroup.com](mailto:rizophoujin-tokuho@rizapgroup.com) より
メールが届きます。(迷惑メールフォルダもご確認ください)
メール内のURLをクリックしてください。

初めまして、RIZAP生活習慣改善プログラム事務局でございます。
RIZAP生活習慣改善プログラムは以下のURLから
本申込。面談のご予約に連んでください。

https://dev4tms.rizap-healthcare.jp/guest/join_confirm.html?id=7728&token=cfa6498-4948646123-73-fc1f34af37180e0dabbb172ab5

※本申込、面談のご予約はメール到着後、1週間以内を目安に完了させて下さい。

※サイト推奨環境について

- ・スマートフォンからのご利用をお勧めします
- ・PCをご利用の場合はGoogleChromeブラウザからご利用ください。

【RIZAPトレーナーからのメッセージ】

RIZAPはこれまで16万人以上のカラダを変えてきました。
カラダが変わると、自分に自信が付き、気持ちも変わります。
笑顔が増え、新しいことにチャレンジしたくなります。

本プログラムでは、皆様のライフスタイルに合わせたお食事、運動のアドバイスをを行います。
もちろん過酷なトレーニングや断食は行いませんので、ご安心ください。
無理の無い範囲で実践でき、プログラム終了後もご自宅で続けることができる内容ですので、3ヶ月間一緒に取り組んでいきましょう！

皆さま一人ひとりの人生が輝くよう、RIZAPは精一杯サポートいたします。

初回ログイン設定完了後以降にアクセスする場合は以下のURLからアクセスをお願いします。

<https://rizap-healthcare.jp/>

ご不明な点やご質問などございましたら、以下までご連絡ください。

RIZAP生活習慣改善プログラム事務局
rizarhoujin-tokyo@rizapgroup.com
 (対応時間/平日9:00~18:00)

02.本申込から面談予約までの手順（詳細）



手順② 「個人情報取扱・chocoZAP入会」確認・同意

▼ chocoZAP会員登録、及び最大4か月間の無料利用に申し込む（推奨）

- ※現在のchocoZAP会員登録には、メールアドレス以外の個人情報不要となり、施設を利用されない場合でも、アプリ機能をご活用いただけるため、chocoZAP会員登録を推奨しております
- ・chocoZAP利用有無をご選択し案内に沿って進めてください
- ・chocoZAPアカウントを新規発行する場合の、メールアドレスを入力してください

※規約を一読の上「同意する」にチェックを入れてください。
その後、セイメイ・生年月日をご入力し『申し込む』をクリックしてください。

▼ chocoZAP会員登録に申し込みしない場合

- ・chocoZAP店舗のご利用ができません
- ・体組成計が配送されません
- ・専用アプリの利用ができません（チャット・食事・体重等の記録機能）
- ・AIアシスタント「千代子さん」の利用ができません

※チャットでのやり取りや体重・食事記録などは、メール等でご対応いただきます

11

02.本申込から面談予約までの手順（詳細）



手順③ 「開始前質問票」のご回答

「開始前質問票」にご回答（各質問にチェック）いただき、『申し込む』をクリックしてください。

手順④ 「パスワード」のご設定

「パスワード」をご入力いただき『設定』をクリックしてください。

ご回答内容を元に本プログラムにご参加可能かを判断させていただきます。
治療、服薬、お身体の状態等により、参加をお断りする場合があります。

12

02.本申込から面談予約までの手順（詳細）



手順⑦ 「初回面談」のご予約

『面談予約』をクリックしてご希望の日時を選択してください。（先着順予約）

2021/04						
	15 (木)	16 (金)	17 (土)	18 (日)	19 (月)	20 (火)
08:00	X	X	X	X	X	X
09:00	X	X	X	X	X	X
10:00	X	O	O	X	X	X
11:00	O	X	X	X	O	X
12:00	O	X	O	X	X	X
13:00	X	O	X	X	O	X
14:00	X	X	X	X	X	X
15:00	X	X	X	X	X	X
16:00	X	X	X	X	X	X
17:00	X	X	X	X	X	X
18:00	X	X	X	X	X	X
19:00	X	X	X	X	X	X
20:00	X	X	X	X	X	X
21:00	X	X	X	X	X	X
22:00	X	X	X	X	X	X

<面談予約時の注意事項>

- 面談時間は以下となります
 - 初回面談 : 50分
 - 中間面談① : 20分
 - 中間面談② : 20分 ※動機付け支援コースでは中間面談②はありません
- 初回面談の予約後に、中間面談の予約ができるようになります
- 初回面談の予約時に、中間面談のご予約をお願いします
なお、中間面談の予約ができない場合は「初回面談時」に担当トレーナーと中間面談日を調整ください。
- 面談日時のご変更は以下の通りとなります。
 - 面談日の4日前の18時を過ぎていない場合
マイページよりお手続きをお願いします。
 - 面談日の4日前の18時を過ぎている場合
運営事務局にお問合せください。

問い合わせ先： rizophoujin-tokuho@rizapgroup.com

※FAQに詳細を記載しておりますのでご確認ください。

https://pages.rizap.jp/rs/700-QQE-094/images/RIZAP_guest_FAQ.pdf

15

03

よくあるご質問

03.よくあるご質問（ログインパスワードを忘れた場合）



手順①

「パスワードをお忘れですか?」をクリックしてください。



RIZAP生活習慣改善プログラム

メール

パスワード

ログイン

パスワードをお忘れですか



手順②

登録しているメールアドレス（RIZAPからメールが届いたご自身のメールアドレス）をご入力し、「再設定メールを送信」をクリックしてください。

17

03.よくあるご質問（ログインパスワードを忘れた場合）



手順③

下記のようなメールが届きますので、URLをクリックしてください。

RIZAPプログラム/パスワード再設定 [受信トレイ](#)

To

英語 > 日本語 > [メッセージを翻訳](#)

以下URLからパスワードを再設定してください。
https://idv-fuze.fuze-healthcare.co.jp/ust/password_reset.html?id=773&token=850c951929c4e2aa2062a7e6b00a58a6561444d04152a0

手順④

「パスワード」の欄に、
新しいパスワードをご入力ください。
「パスワード（再入力）」にも
「パスワード」で入力した同じ
パスワードをご入力ください。
(誤りが無いか確認するため)
最後に「設定」を押してください。

パスワード設定

アルファベットの大文字と小文字、数字を含む8文字以上30文字以下で設定してください。

メール

パスワード

パスワード (再入力)

設定

手順⑤

ログイン画面（ <https://rizap-healthcare.jp/> ）から
メールアドレスと新しく設定したパスワードを入力し、
ログインしてください



RIZAP生活習慣改善プログラム

メール

パスワード

ログイン



パスワードをお忘れですか

18

03.よくあるご質問（運用に関して）



Q1. RIZAPからのメールが届かない

⇒A. 迷惑メールフォルダに入っている可能性があります。
rizophoujin-tokuho@rizapgroup.com から、送信されますので受信設定をご確認ください
※それでも確認できない方は、以下までご連絡ください。
RIZAP生活習慣改善プログラム事務局 (rizophoujin-tokuho@rizapgroup.com)

Q2. 面談用の「オンライン面談ツールのURL」は、いつ届きますか？

⇒A. 面談の「前日」にメールにてお知らせとなります
※rizophoujin-tokuho@rizapgroup.com にて送付いたします

Q3. 初回面談予約時に中間面談予約がとれない場合は、どうしたらよいですか？

⇒A. 中間面談は未予約のまま、初回面談当日に担当トレーナーとご相談ください

Q4. 2回目以降のログインは？

⇒A. <https://rizap-healthcare.jp/> からログインください（初回ご案内メールの下部に記載しております。）

Q5. 入力を間違えてしまい「プログラム参加NG」となった場合は？

⇒A. RIZAP生活習慣改善プログラム事務局 (rizophoujin-tokuho@rizapgroup.com) へご連絡ください

19

03.よくあるご質問（chocoZAPに関して）



Q1. chocoZAPのアプリ登録は、いつからですか？

⇒A. chocoZAPアプリのログイン情報については、初回面談日「前日」にメールにてお知らせいたします
上記のメール受信後に、chocoZAPアプリにログインお願いします

Q2. chocoZAPアプリは、全てのスマートフォンで使用可能ですか？

⇒A. android：8.0以上、iPhone：iOS 14.0以上でなければアプリのインストールができません
※chocoZAPアプリのインストールができない場合でも、体組成計は単体で使用可能です
（アプリ連携のみ不可）

Q3. chocoZAPの無料利用期間は「いつからいつまで」ですか？

⇒A. chocoZAPの有料会員以外の場合は、[初回面談実施日 から 初回面談実施月を含む4ヵ月後の月末日まで]
chocoZAPの有料会員で月額プランの場合は、[初回面談実施日の翌月から4ヵ月後の月末日まで]となります
chocoZAPの有料会員で年額プランの場合は、[年額プラン終了月の翌月から4ヵ月後の月末日まで]となります
※対象者の都合により初回面談実施日及び終了月が変更になった場合、無料利用期間の延長は出来かねます

Q4. 体組成計はいつまでchocoZAP専用アプリと連携ができますか？

⇒A. 連携が可能なのは以下どちらかの条件を満たす場合となります。
①本プログラム参加によるchocoZAP無料利用期間中
②本プログラム終了後chocoZAP有料プランにご契約いただいた場合、そのご契約期間中
※無料期間終了の1ヶ月前に有料プランお手続き方法をご案内をさせていただきます

20

03.よくあるご質問（chocoZAPに関して）



Q5. 本プログラム参加前にchocoZAPの有料会員だった場合、本プログラム参加による無料期間終了後に、有料プランへは自動変更されるのか？

⇒A. 有料プラン(月額プラン)へ自動変更はされません

有料プランでの継続希望の場合、ご自身での有料プラン(月額プラン)へのご契約手続きが必要です

※本プログラム終了月の前後に「優待クーポン(入会金が0円になる)」をメール送付いたします

優待クーポンには有効期限がございますのでメールよりご確認ください(期日を過ぎた場合の適用は不可)

※本プログラムご参加時と同一メールアドレスでのご入会で、アプリ内データの引き継ぎは可能です

※参加前に「年額プラン有料会員」だった方は、年額プランでの再入会はできません

Q6. chocoZAP無料利用期間終了後にchocoZAP有料会員へ入会希望の場合、手続き方法は？

⇒A. 無料期間終了月の前後に「優待クーポン(入会金が0円になる)」をメール送付いたしますので、「無料期間終了月の“翌月1日から月末まで”」に、ご自身でご契約手続きをお願いします(期日を過ぎた場合の適用不可)

※無料期間中の有料会員への入会手続きはできません

「無料期間終了月の翌月1日から月末まで」に優待クーポンを利用した場合、

入会金0円が適用されます(通常入会金3,000円)

※本プログラムご参加時と同一メールアドレスにて入会ください(入会後にメールアドレス変更可能)

Q7. 過去chocoZAP有料会員だった(現在入会中も含む)場合、体組成計の提供はあるのか？

⇒A. 過去chocoZAP有料会員だった方(現在入会中も含む)についても、特保プログラムご参加の際再度お渡しいたします。

※今後状況により変更となる可能性もございますためご了承ください

※次年度以降、弊社プログラムへ再度ご参加の場合は重複提供は出来かねます

Q8. 以前RIZAP特定保健指導(本プログラム)参加の際、体組成計を提供された場合、今回も提供はあるのか？

⇒A. 以前提供されている場合は、重複提供は出来かねます。ただし、現在お持ちのキットが故障している場合は、再送付が可能です。事務局までご連絡ください。

21

03.よくあるご質問（参考）



下記URLをご参照ください

▼最新FAQ

https://pages.rizap.jp/rs/700-QQE-094/images/RIZAP_guest_FAQ.pdf

▼チャットボットにてご質問を24時間受付中

<https://rizap-healthcare.jp/guest-chatbot/index.html>

問い合わせ先

電話：0120-791-276（平日9時～18時）

メール：rizaphoujin-tokuho@rizapgroup.com

22