

必ずお申し込みください！！

セキスイ・ヘルスアップ・プログラム(SHP)

セキスイ・ヘルスアップ・プログラム(SHP)って何？

国に定められた特定保健指導を遠隔(スマホ・タブレット等)で実施するものです。
40歳以上の方で、健康診断結果より下記基準に該当する方を対象としています。

□腹囲 男性85cm以上 女性90cm以上 or □BMI25以上

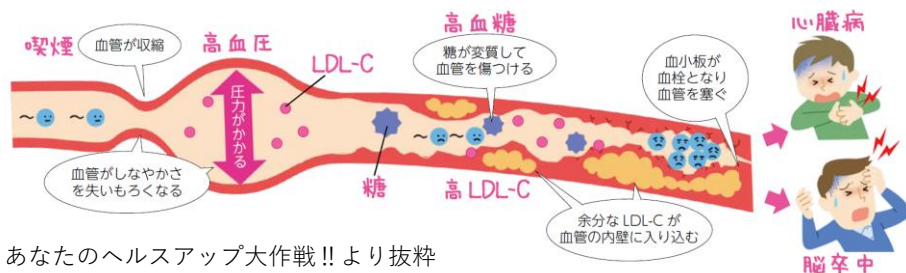
□空腹時血糖100mg/dl(※) or HbA1c5.6%以上

□空腹時中性脂肪150mg/dl以上(※) or HDLコレステロール40mg/dl未満

□収縮期血圧130mmHg以上 or 拡張期血圧85mmHg以上

腹囲orBMIが基準値以上であることに加え、血糖・脂質・血圧の危険因子(リスク)が1つ以上該当している方が対象となります。

※随時の場合別途基準値あり



今こそ保健指導を受けて
病気のリスクが
高い状態を脱出！！

あなたのヘルスアップ大作戦!! より抜粋

あなたの
保健指導区分は？

SSPで確認できます！！



<https://sekisui-ssp.sukoyaka-support21.com/>



①すこやかサポートパーソナル(SSP)にログインしてください。

②【健保保健指導】の欄をご確認ください。

「SHP(積極的支援)」または「SHP(動機付け支援)」と表示されている方が対象です。



項目	基準値	2022.04.30
保健指導コース		SHP (積極的支援)
指導区分		積極的支援

◇「動機付け支援」の方・・・メタボのリスクの初期段階。少しの生活習慣を改善することでメタボ脱出が期待できます！

◇「積極的支援」の方・・・メタボのリスクが重なっており、健康障害を引き起こす心配があります。今が健康を取り戻すチャンスです！

どうすればいいの？

書類が届き次第

すぐにSHPにお申し込みを！

後日ピンク色の封筒でセキスイ・ヘルスアップ・プログラムのご案内が
お手元に届きますので、すぐに開封し案内に沿って申し込んで
下さい。専門職のサポートのもと、心臓病・脳卒中等のリスクが高い状態
を脱出しましょう！以前受けた方ももちろん受けて下さい！



基準に該当する
間は毎年ご案内
するよ！