

特定保健指導の実施率・効果にお悩みの企業様・健康保険組合様へ

→スマホで『特定保健指導』を実施しませんか？

- 時間・場所を選ばずに指導が受けられます
- 即時アドバイスにより、生活習慣の改善点が分かります
- だから、特定保健指導の実施率・効果の向上に繋がります！

## 特定保健指導アプリ

ドコモが提供する  
「特定保健指導用アプリ」で指導者と共に、  
生活習慣改善に取り組みましょう！

毎日の活動が一目でわかる！

記録の可視化や  
アドバイス配信によって、  
生活習慣改善をサポート♪

日々の改善点がわかる！

食事・運動・体重など  
日々の活動を簡単記録♪

いつでも・どこでも簡単記録

## 概要

- スマートフォンにて「特定保健指導(※)」を実施するサービスです。これまでの「特定保健指導」は、病院等での対面実施が主流でしたが、当サービスではスマートフォン上で指導を完結できます。
- 「時間」「場所」を選ばない利便性の高さと、対面では真似できない即時性の高いアドバイスにより、実施率と効果を高めます。

※「特定保健指導」とは、メタボリック症候群該当者および予備群と判定された方に対し、保健師、管理栄養士などの専門家が生活習慣改善の支援を行う国より定められた制度です。

## 利用シーン

### 特定保健指導対象者に向けて

- ICTを利用して、専門家との遠隔面談を実施します。
- 専用アプリに日々の活動(食事・運動・体重等)を入力いただきます。
- 入力後の即時アドバイス、入力データの可視化、指導者からのレポート配信等により、生活習慣の改善をサポートします。

東京大学医学部附属病院  
 - 共同研究による知見を活かした  
 生活習慣改善のアドバイスを提供

