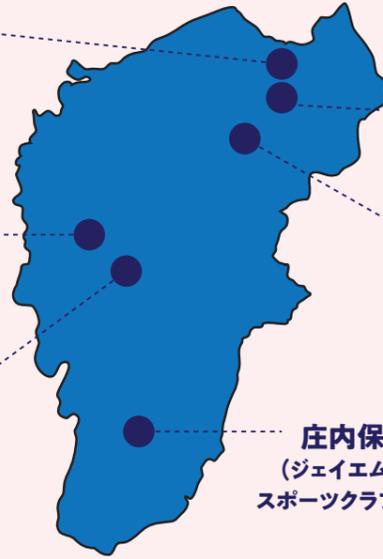


施設での面談 特定保健指導の利用場所

千里保健センター
(ジェイエムシー株式会社)

スポーツクラブ
ルネサンス豊中

豊中市保健所
(ジェイエムシー株式会社)



医療法人一翠会
一翠会千里中央健診センター

フィットネスクラブ
コ・スパ豊中少路24

庄内保健センター
(ジェイエムシー株式会社、
スポーツクラブルネサンス豊中)

オンライン面談 ご自宅に居ながら専門職のサポートが受けられる!

オンライン
面談
実施機関

- ・医療法人一翠会
- ・株式会社COSPAウエルネス
- ・ジェイエムシー株式会社

通信料は利用者負担となります。Wi-Fi環境でのご利用を推奨します。

高血糖 高血圧 脂質異常



内臓脂肪型肥満

医療にかかる

生活習慣
の改善

高血糖 高血圧 脂質異常



個々の薬で、1つの山だけ削っても、他の疾患は改善されていない。

内臓脂肪の減少により、
高血糖、高血圧、脂質異常がともに改善

メタボリックシンドロームは、内臓脂肪型肥満を水面下の大きな氷とした1つの冰山から、水面上に高血糖、高血圧、脂質異常のそれぞれの山が出ているようなもの！生活習慣の改善により、冰山全体を小さくすることが肝心です。



何とかなしたいと思ったあなた!ぜひ特定保健指導を利用してください!

特定保健指導のお勧めのため、ジェイエムシー株式会社のフリーダイヤル(0120-121-311)からお電話をさせていただきます。※既にお申込済の方にお電話させていただいた場合はご容赦ください。

豊中市 特定保健指導のご案内

専門職のサポートが無料で利用できる!

特定保健指導とは?

特定健康診査(健診)の結果に基づき、主にメタボリックシンドロームの予防や解消を目的に行われる健康支援のことです。

リスクの程度に応じて、「動機付け支援」「積極的支援」に分けられます。保健師・管理栄養士から食事や運動のサポート・応援を受けながら生活を見直し、生活習慣病予防のための健康づくりを行います。



利用の流れ

特定保健指導の利用方法を決める
(中面記載の実施機関から1か所をお選びください)

施設での面談



専門職(保健師・管理栄養士)が直接会場でサポート

オンライン面談



専門職(保健師・管理栄養士)がオンラインでサポート

ご自身でお申し込み

面談の実施

取り組みの実践
振り返り実施

問合せ先

豊中市 健康医療部 健康推進課 けんしん係(豊中市保健所内)
TEL:06-6858-2292

特定保健指導実施機関

実施機関の中から1か所選択して直接お申し込みください。

特定保健指導委託機関	予約方法	面談実施時間	面談会場・アクセス	持ち物 (施設面談時)	利用特典
医療法人一翠会 一翠会千里中央 健診センター オンライン対応 (Zoom) 	<ul style="list-style-type: none"> 電話でご予約 TEL:06-6872-5516 平日8:30~16:30 音声ガイダンスに従い、『豊中市の特定保健指導の予約をしたい』という旨をお伝えください。 メールでご予約 二次元コードを読み取り、表示される必要事項*をご記入の上、送信下さい。 ※お名前、生年月日、住所、電話番号、希望面談方法、希望日時など。 	施設での面談 平日12:30~16:00 オンライン面談 平日9:00~11:30 15:30~16:30 ※上記時間内にて、おひとり30分程度の面談となります。	一翠会千里中央健診センター 豊中市新千里東町1-5-3 千里朝日阪急ビル3F ▶大阪モノレール「千里中央」駅よりすぐ(駅直結) ▶北大阪急行「千里中央」駅南改札口より徒歩3分		<ul style="list-style-type: none"> 腹囲測定メジャー ボールペン 
株式会社 COSPA ウエルネス オンライン対応 (Zoom)	<ul style="list-style-type: none"> 電話でご予約 TEL:06-6262-3472 平日9:00~17:30 	施設での面談 平日10:30~17:30 オンライン面談 平日9:30~19:30 土曜日9:30~16:30 ※面談開始時間です。	フィットネスクラブコスパ豊中少路24 豊中市少路1-9-20 ▶大阪モノレール「少路」駅すぐ北側 	<ul style="list-style-type: none"> 国民健康保険証 特定保健指導利用チケット 健診結果報告書 	<ul style="list-style-type: none"> フィットネスクラブ利用チケット6枚 体成分測定チケット3枚 腹囲測定メジャー 施設での面談、オンライン面談とも利用特典は同じです。 
ジェイエムシー 株式会社 オンライン対応 右記面談会場への来所もしくはオンラインのどちらも難しい方は、豊中市内の別施設もしくはご自宅への訪問も可能ですのでご相談ください。	<ul style="list-style-type: none"> 電話でご予約 TEL:0120-087-006 (予約専用ダイヤル) 平日10:00~17:00 申込フォームよりご予約 (24時間申込可能) 	施設での面談 平日10:00~17:00 ※土曜日、平日夜間をご希望の方はご相談ください。 オンライン面談 平日・土日祝 7:00~21:30 オンジェルジュ 健康管理のプロに出来る。	千里保健センター 豊中市新千里東町1-2-2 千里文化センターコラボ2階 ▶北大阪急行「千里中央」駅北改札より約80m ▶大阪モノレール「千里中央」駅より約400m 豊中市保健所 豊中市中桜塚4-11-1 ▶阪急宝塚線「岡町」駅から東へ約900m 庄内保健センター 豊中市庄内幸町4-29-1 庄内コラボセンター1階 ▶阪急宝塚線「庄内」駅から南西に約800m ※施設への来所が難しい方はご相談ください。		施設での面談 <ul style="list-style-type: none"> 腹囲測定メジャー 醤油用スプレーボトル オンライン面談 <ul style="list-style-type: none"> オンライン運動支援コンテンツを3か月間無料で視聴可能 
スポーツクラブ ルネサンス豊中 	TEL:06-6850-3344 平日11:00~20:00 (月曜休館日を除く) 土曜11:00~19:00 日祝11:00~17:00	平日10:00~17:00 (月曜休館日を除く) ※土日の面談を希望される方はご相談ください。 平日9:00~17:15	スポーツクラブルネサンス豊中 豊中市岡上の町2-1-8 とよなかHeartPalette3F ▶阪急宝塚線「豊中」駅より梅田方向に徒歩5分 ▶阪急宝塚線「岡町」駅より豊中方向に徒歩9分 庄内保健センター		<ul style="list-style-type: none"> フィットネスクラブ1か月無料体験チケット1枚 公式YouTube運動動画をご案内! ご自宅で簡単に実施できる! 

※スポーツクラブの入会勧誘はありません。※オンライン面談にはパソコン、スマートフォンなどの通信機器が必要です。※事業実施にあたりまして、氏名・住所・電話番号等の個人情報を委託先に提供いたします。委託事業者とは個人情報に関する契約を締結しており、当事業の目的以外には使用いたしません。