

特定保健指導(カラダ改善プログラム)では、 こんなことをします！

メタボ リスクがある方 動機付け支援

原則1回のみ
面接による支援

面談で立てた
計画改善に従って、
生活習慣の改善を実施する。



3か月以上経過後

健康状態や生活習慣の
確認が行われ、終了。



面接

実践

評価

メタボ リスクが高い方 積極的支援

初回面接後、3か
月以上の継続的な支援

面談や電話などで、
専門家による3か月以上の
継続的な支援を受けながら
生活習慣を改善する。



継続的支援終了後

健康状態や生活習慣の
確認が行われ、終了。

