

オンライン 特定保健指導の ご案内

先着
25名様
限定!

0円



お申込みは簡単! 3ステップ!



STEP.1

コードを読み取る



STEP.2

必要事項を入力

入力項目
7問程度



STEP.3

予約完了!



オンライン保健指導は、長岡市から委託を受けた
株式会社JMDCが実施いたします。

経験豊富な専門知識を持った保健師・管理栄養士が、
全力でサポートさせていただきます!

個人情報の取り扱いについて

指導に必要な個人情報は、長岡市からJMDCに開示されます。ただし、本事業実施の目的外に使用することは一切ありません。



長岡市
NAGAOKA City

長岡市から委託を受けた株式会社JMDCの
保健師・管理栄養士があなたの健康をサポートします！



お任せください！

約3か月間サポート！

予約

面談

保健指導

終了



表面のコードを読み込み、
必要項目を入力。コードを
読めない方は、下記番号ま
でご連絡ください。



指導者とWeb面談
(40分程度)を
実施します。



アプリを利用して
日々の取組を
サポート！



体重-2kgの減量
達成者半数以上!!

株式会社JMDCから、お電話でご案内をさせていただきます！

電話番号：

対象の方へご案内します

(長岡市委託事業)

- 保健師・管理栄養士が、特定健診の結果をもとに保健指導の御案内のお電話させていただきます。健診結果に関してご心配な点などご相談ください。
- その際にオンライン保健指導のお申込みをいただくことも可能です。ぜひご相談ください！

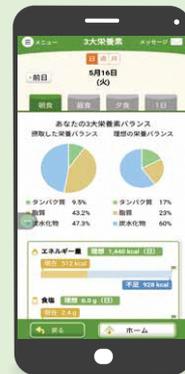
※オンライン保健指導は、定員先着25名です。定員に達した場合は、別紙の市または医療機関での保健指導のご案内となります。

オンライン保健指導で利用するアプリ **TOMOCO** (トモコ) のご紹介

「TOMOCO」は、食事・運動・体重などの日常生活を楽しみながら記録し、生活習慣の改善に向けた行動目標の達成をサポートしてくれるアプリです。自分で記録した内容を、グラフで直感的に把握することができます。

【アプリの利用についての注意点】

- ① お使いの機種によっては、ご利用いただけない場合がございます。
- ② TOMOCOをご利用いただくにあたり発生する、通信料については自己負担となります。



オンライン保健指導に関する
お問い合わせ

株式会社JMDC 担当者:吉本

TEL: 対象の方へご案内します 受付時間:9:00-18:00(土日祝日除く)