

被保険者のみなさまへ

仙台卸商健康保険組合

## 2021 健康度向上プログラムのご案内

拝啓 時下ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

さて、当組合では国からの補助金を受け令和元年度から3年間に亘る健康づくりの取り組み『令和健やかプロジェクト1・2・3(ワツ-リ-)』として、皆様の健康づくりサポートを強化しており、令和3年度がその最終年度となっております。

その取り組みの一環として標記プログラムを下記のとおり実施いたしますので、この機会にぜひ活用いただきますようご案内申し上げます。

敬具

## ◆概要

- ・サンピアスポーツクラブ仙台での運動プログラムの実践（丁寧にサポートします。）
- ・ウェアラブル機器・体組成計を活用、活動量などをアプリでチェック（データの見える化）
- ・上記の取り組みにおけるデータを元に東北大大学院 永富教授からのアドバイス（医学的根拠）

## ◆対象者

- ・当健康保険組合の被保険者

## ◆募集人数

- ・50人  
応募多数の場合は直近の健診結果がメタボ判定該当・予備群の方を優先させていただきます。  
さらに人数の調整が必要となった場合には抽選となります。

## ◆応募締め切り

- ・令和3年7月30日(金)まで

## ◆プログラムの期間

**39,000円相当のプログラムを最長3ヵ月間**ご利用になれます

## ◆プログラムに必要なアイテムを提供・貸与します

- ・**アームバンド型活動量計・体組成計セット**（お一人様1セット限り）  
心拍数、歩数、消費カロリー、睡眠の質等がわかります。
- ・**ヘルシーメニュー利用券**（4食分）  
サンピア施設内でご利用頂けます。
- ・**2021 健康度向上プログラム会員証**  
「サンピアスポーツクラブ仙台」のフロントへご提示ください。  
3ヶ月の間、いつでも何回でも施設を利用できます。



## ◆参加費：無料

## ◆協力：サンピアスポーツクラブ仙台

## ◆監修：東北大学大学院医学系運動学分野 永富 良一 教授

## ◆お問い合わせ：仙台卸商健康保険組合 電話 022-235-5896

仙台卸商健康保険組合 行き

## 2021 健康度向上プログラム申込書

事業所名	保険証記号・番号	お名前	
	—		

FAX 022-782-2320

※裏面の「ご参加にあたっての注意点」もご確認ください。

## ～ご参加にあたって注意点～

- 主治医から運動を制限されている場合は、本プログラムの参加について主治医にご相談ください。
- 本プログラムの期間は 3 ヶ月間です。その間、何回でもスポーツクラブはご利用可能です。
- 参加者には、アームバンド型活動量計・体重計を貸与いたします。  
機器から得られるデータを活用し、東北大学大学院永富先生より参加者のみなさま個人へのアドバイスを実施いたします。  
参加者のみなさまには、データの提出・活用に関しご理解をお願いいたします。
- アームバンド型活動量計の利用に際しての通信費(wi-fi 利用料など)はご自身の負担になります。
- 3 ヶ月のプログラム期間後も引き続きスポーツクラブのご利用を希望される場合は、別途かかる会費はご自身の負担となります。ただし、当健保組合加入者特典により「入会金 10,000 円(税別)・事務手数料 3,000 円(税別)」は 0 円となります。

