

MBK連合健康保険組合 加入者様限定

血圧コントロールプログラム

プログラムの特徴

スマホによる
オンライン栄養相談

または

電話での栄養相談
(合計4回)

上記2つから選択が可能です！

オンライン栄養相談の場合は、検査キットを体験できます。



オンライン栄養相談は3ヶ月間のプログラム

初回面談

中間面談

最終面談

シオチェック①



シオチェック②



プログラム期間中、専門スタッフ（管理栄養士/保健師）によるチャット相談が受けられます！

いつでもご相談を
お待ちしております！



管理栄養士 高木



塩分摂取量の見える化体験



今、毎日どれくらいの
塩分をとっているのか
知っていますか？



このプログラムでは・・・

自宅で採尿し、検査キットを
ポスト投函するだけで塩分摂取
量（推定）がわかります

相談員と一緒にふりかえり
ながら、あなたの生活に
寄り添った改善方法を提案
します！

<お申し込み方法>

お申込締切：7月20日（月）

予約サイト

二次元コードからご予約をお願いいたします



委託・問い合わせ先：シンクヘルス株式会社

電話番号：03-6899-2522（受付時間：平日9:00～18:00）



オンラインが難しい方には電話サポート！

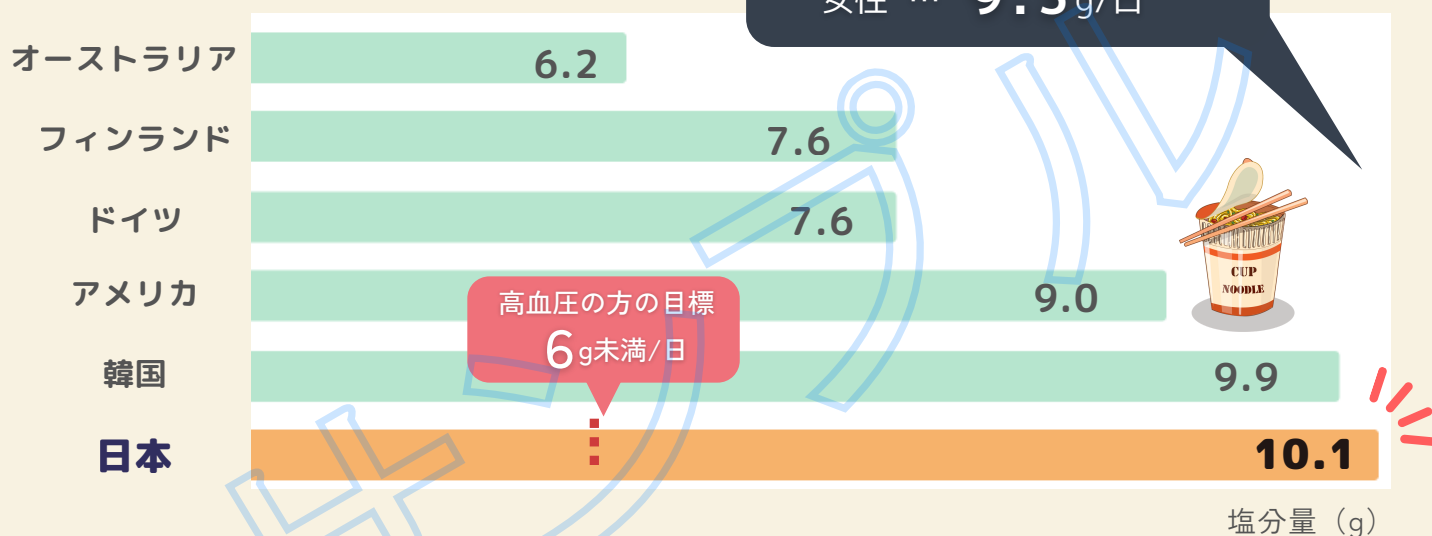
支援可能な時間帯：平日 9 時～19 時 / 土曜日 9 時～12 時

アプリが使えない方、オンライン栄養相談が難しい方は専門スタッフ（管理栄養士/保健師）による合計 4 回の電話相談で血圧コントロールをサポートします。
平日時間が取れない方でも、土曜日に相談することも可能です。

1日にどれくらい塩分を摂取しているか分かります

日本人は塩分摂取量が多い分、減塩できると血圧が下がりやすい！

日本人の塩分摂取量の現状



オンライン栄養相談・電話相談の費用は無料！

塩分チェック 2 回分も含み、**無料**でサポートが受けられます。（通信費除く）

※電話相談の場合は、塩分チェックは含まれません。



- 塩 分 チェ ッ ク -

塩分チェックの結果については、面談時に個人に合わせて詳細をお伝えいたします。