

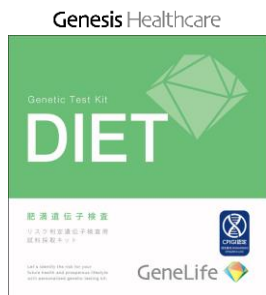
自分の遺伝子タイプを知って無理なくダイエット！

ノンストレスDIETプログラム

フィットネスクラブが考案した健康支援プログラム

参加費無料

“3つの柱で完全サポート”



DIET肥満遺伝子検査

結果に応じた栄養指導サポート

※本プログラムが初めての方にお送りいたします。



トレーニングアプリ

スマホで1日5分の継続
トレーニング



スマホでオンライン面談

管理栄養士・保健師による
WEB面談

特長1

話題の「DIET遺伝子検査」結果に基づいた食事サポート

【検査結果でわかること！】4つの遺伝子型ダイエットタイプ

糖質課題型 日本人の分布21.6%

特徴

- ①糖質の代謝が苦手(糖質で太りやすい)
- ②お腹から太っていく
- ③内臓脂肪が溜まりやすい



脂質課題型 日本人の分布56.8%

特徴

- ①脂質の代謝が苦手(脂質で太りやすい)
- ②お尻や太ももなど、下半身が太りやすい
- ③皮下脂肪が溜まりやすい



たんぱく質課題型 日本人の分布16.9%

特徴

- ①たんぱく質の吸収が苦手(筋量が増えない)
- ②太りにくいが、
かくれ肥満になりやすい



生活習慣課題型 日本人の分布4.5%

特徴

- ①最も太りにくいタイプ
- ②太っている場合は、生活習慣に問題がある可能性が高い



※本検査は医療行為に該当しないものであり、検査結果は診断ではなく、医師の診断内容や処方箋を置き換えるものではありません。

特長2

1日たったの5分！「WEBGYMアプリ」で運動習慣をサポート

(監修:株式会社東急スポーツオアシス)

↓WEBGYMとは



糖質課題型



りんご型～お腹のお肉撃退編～
初級 12Kcal 3分1秒 ♡0 88.0

脂質課題型



洋なし型～下半身ぽっちゃり卒業編～
初級 13Kcal 3分15秒 ♡0 88.1

たんぱく質課題型



バナナ型～隠れ肥満回避編～
初級 14Kcal 3分0秒 ♡0 88.1

生活習慣課題型



アダム・イブ型～基礎代謝上げよう編～
初級 14Kcal 3分2秒 ♡0 88.0

WEBGYMでスキマ時間に健康習慣！
ジムを持ち歩こう(登録から180日間利用可)

運動を始めることに不安がある方は、かかりつけの医師にご相談ください。

プログラム詳細

本プログラムは『ワールド健康保険組合』の特定保健指導として提供します。

▶プログラムの流れ(90日)



※動機付け支援の方はメール確認となります。

▶遺伝子検査キットの自宅到着～結果報告までの流れ

自宅到着～結果報告までの流れ



検査結果は、Webサイトでご確認いただけます。
その他レシピブックもご活用ください。
遺伝子検査結果をもとに、
体質に合った食事指導・運動指導
を管理栄養士が行います。



▶お申込み・面談登録の方法

STEP	ご面談開始までの流れ	ご確認ください
STEP①	ご指定の住所に「遺伝子検査キット」が届きます。 (本プログラム初めてご参加される方にお届けします。)	●宅配便:クロネコヤマト ●発送元:㈱ジェネシスヘルスケア ※遺伝子検査キットがお手元に届きましたら速やかに検体をご返送ください。 (検査結果は約1週間でご届きます)
STEP②	ご利用者のメールアドレスに㈱イーウェルヘルスケアサービス特定保健指導サポートデスクより「初回面談のご案内」メールが届きます。	メールは「 tokuho@ewel-hcs.co.jp 」からご案内をお送りします。 メールに「ご利用ガイド」をお付けしております。 ※必ずご一読お願い致します。
STEP③	届いた「初回面談のご案内」メールの「ご予約はこちらから」のURLに入り初回面談のご予約をお取りください。 ※面談予約カレンダーが表示されます。	●面談予約可能日時について ・平日:10:00～18:00 ・土曜:10:00～18:00 ※面接予約日は遺伝子検査結果が届く頃をお選びください。
STEP④	「WEBGYMアプリ」のアカウント登録	ご利用ガイドのQRまたは、お持ちのスマホのアプリストアから「WEBGYM」をダウンロードしてください。(ご利用ガイド参照)
STEP⑤	健康管理システム「MiEL(ミエル)」の登録	日々の身体の変化の記録などデータ管理やメール支援&返答をおこなっていただくシステムです。 ※初回面談日時確定後に、ご登録URLをメールにてお送りいたします。
STEP⑥	初回面談当日	WEBGYMアプリのビデオ通話機能でオンライン面談を行います。 ご注意)通信料はご利用者自身のご負担となります。WiFi環境でのオンライン面談をおすすめします。

(お問合せ先)株式会社イーウェルヘルスケアサービス



TEL: 0120-109-180(平日10:00～17:00)

mail: tokuho@ewel-hcs.co.jp

右記QRからメール作成
フォームに移動します

