

“特定保健指導利用券”をお持ちの方へ

特

定

保

健

指

導

健康づくりのサポート  
いたします！



【特定保健指導とは】

生活習慣病発症のリスクが高い方に対して、食習慣や生活習慣を見直し、生活習慣病を予防するためのサポートを行います。

【対象者】

40～74歳で特定健診受診後、保険者から特定保健指導利用券が届いた方



【指導の種類】

動機付け支援、積極的支援  
(利用券に記載あり)

【本事業団の特徴】

健康運動指導士等の運動指導者が在籍し、トレーニング室やプール(各施設利用料必要)等もあります。運動面のサポートが充実しており、運動で改善したい方に特におすすめです。



【支援内容】

初回

約6ヶ月間

最後

体重・血圧・腹囲測定



目標づくり

生活習慣のふり返りや目標づくり、運動の紹介等を行います。



継続的な支援

指導の種類やご希望に応じて、面談や電話にて継続的な支援を行います。

6ヶ月後

測定を行い、体重等の変化やこれまでの頑張りを確認します。



実施場所①  
熊本県民総合運動公園  
パークドーム熊本  
熊本市東区平山町2972番地  
TEL(096)388-2180



実施場所②  
熊本県立総合体育館  
熊本市西区上熊本1丁目9-28  
TEL(096)356-1233

KSPA

一般財団法人熊本県スポーツ振興事業団

熊本市東区平山町2776番地 熊本県民総合運動公園陸上競技場内  
電話：(096)380-0782 (代表)