



一般社団法人

専門医ヘルスケアネットワーク

The network of medical specialist for health care

保健指導のご案内

私たち専門家がサポートします

専門医監修の支援プログラムに基づき、あなたの体調やライフスタイルに合った具体的な生活習慣改善の方法を専門家が一緒に考え、実践や継続をサポートします。

下記からご希望のコースが選択可能です

運動習慣改善

心拍数、歩数、カロリー、睡眠記録等が可能なプログラム付属の防水多機能スマートウォッチを用いて、運動習慣改善をサポートします。

詳細は

▶ 3

ページへ

① スマートウォッチコース

WEB面談
訪問面談

食習慣改善

腸内環境改善をサポートする機能性表示食品(ビフィズス菌)のご提供に加え、アプリを用いた毎日の排便記録で、便秘解消をはじめ、健康管理をサポートします。

詳細は

▶ 4

ページへ

② 腸活ダイエットコース

WEB面談
訪問面談

専門医ヘルスケアネットワークの 保健指導



POINT 1

専門医監修のプログラムをご提供!

根拠と実績に基づいたプログラムで、実施します。

一般社団法人専門医ヘルスケアネットワークとは、生活習慣病の予防段階から治療までを、かかりつけ医として連続的に対応していく体制づくりを目指して設立した、生活習慣病の専門医を中心とするネットワークです。

顧問：河盛 隆造(順天堂大学 医学部 特任教授)
松澤 佑次(大阪大学 名誉教授 住友病院 名誉院長)
代表理事：福田 正博(ふくだ内科クリニック 院長)

POINT 2

専門家スタッフによるマンツーマンの徹底サポート!

初回面談後は、メールもしくはお電話にてサポートします。

>> プログラムスケジュール



	初回面談 ・状況確認 ・目標の決定	2週間後	2ヶ月後	3ヶ月後 最終評価 アンケート
積極的支援		✉ or ☎ x2	✉ or ☎ x2	✉ or ☎
動機付け支援		✉ or ☎	✉ or ☎	✉ or ☎

2

POINT 3

選べる2つの面談方法!

WebTV面談



訪問面談



デバイスのない方はレンタルiPadの利用も可能です。
どなたでもWebTV面談の利用が可能となります。

あなたにぴったりの機能が
こんなにたくさん！
多機能スマートウォッチ
運動習慣改善をサポートします！

参加特典
無料
プレゼント！

Amazfit Band 7
他を凌駕するバッテリー

最大18日間のバッテリー持続 | 大型HD AMOLEDディスプレイ | 120のスポーツモード
24h血中酸素レベル測定 | 1タップで3つの健康分析



3

ワンタップで3種類のヘルスケア分析 心拍 O₂ ストレスレベル

ワンタップで 18秒
ワンタップで 18秒
ワンタップで 14秒

心拍数
ストレス
血中酸素レベル

45秒で測定

睡眠モニタリング

寝ても寝れが取れないときに、寝りが浅いのか、呼吸の質が悪いのか原因を把握することで改善できます！

睡眠ステージと日中の仮眠モニタリング
睡眠時の呼吸を分析
睡眠状態の分析

メンタル管理
心と体のバランスを整える

呼吸エクササイズ
イライラした時は、深呼吸をしてストレスレベルを改善しよう！

女性の健康管理
月経期間を記録できて安心！

ストレスモニタリング
過剰なストレスを検知したらリラックスしましょう！

バッテリー持続時間
最大*18日間

充電時間 約2時間

使用条件(参考値)

心拍数モニタリング有(70分ごとのデータ測定)、高精度の睡眠モニタリング、24時間ストレスモニタリングオフ、メッセージ受信による画面点灯回数:100回/日、着信通知:10回/日(振動は1回10秒間)、手首を持ち上げての画面点灯回数:200回/日、Zeppアプリとの同期:1回/日、血中酸素レベル測定:2回/日、運動データ記録:60分/週

※バッテリー持続時間は、メーカーの設定した条件下で算出されたものです。
※機能の設定および使用回数、動作条件、その他の要因によって異なる場合があります。
あらかじめご了承ください。
※製品は充電が無い状態で出荷されます。はじめてご利用の際は、Band 7 専用の充電器を使用し製品をフル充電してご使用ください。

通知を見逃しにくい

Bluetoothで接続し、スマホを見られない時でも着信やLINE通知の確認ができます。

振動の強さや回数をカスタマイズ可能!

着信通知へSMSで返信することも可能です。

※Android対応

※画像はイメージです。対応機種により異なる場合がございます。

60万ダウンロード突破!

うんといい世界へ ウンログ

うんちは健康のバロメータ。流す前に必ず目で見てチェックしよう!
ウンログは、毎日のうんちチェック「観便」をカンタンに楽しく続けられるアプリです。
全ての人が毎日スッキリ“いいうんち”と出会える世界を。

あなたのうんちはどのうんち?

カンタン10秒! うんちで健康管理

かたち

におい

色

量

スッキリ

5つの項目であなたのうんちをスコア化!



4

“いいうんち”が 出るようになった人

※ 91.3%

詳しくは次ページへ

※14日間以上記録があるユーザーの中で、便性状が硬い(BS:1,2)又はゆるい(BS:6,7)の割合が50%以上のユーザーを対象に、使用最初の7日間の平均便性状と、次の7日間の平均便性状を比較して、改善した(便性状が普通(BS:3,4,5)の割合が増した)人の割合。2019年1月に集計。

参加特典

500億個のビフィズス菌
30包×1箱
(30日分)
を使います。

腸活

観便

Check!

記録

やり方は簡単!

ウンログの使いかた

カンタン3ステップを繰り返して“いいうち”を目指そう!



1 うんちをチェック!



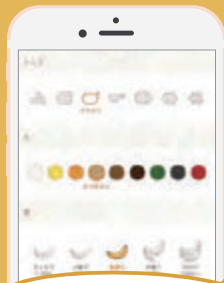
2 健康状態がわかる!



3 腸活しよう!

ウンログの腸活サポート機能

アプリは指導員からは閲覧できません。



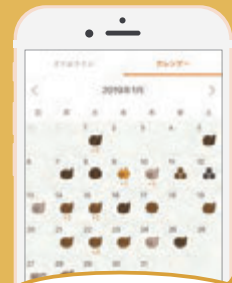
うんち記録

カンタン10秒で、あなたのうんちをスコア化。うんちと一緒に、お薬・体重・生理なども記録できちゃう!



腸活記録

自分が食べた腸活食材やサプリメントも一緒に管理。自分にぴったりの腸活食材やサプリメントを見つけよう!



カレンダー

記録はカレンダー表示で一目でわかる! どんなときの出たか分かれば、傾向と対策を立てられます。



ウンチップ

うんち記録や腸活記録で、プレゼントと交換可能な「ウンチップ」をGET! あなたのうんちが価値あるものに。



ウントーク

匿名だからなんでも話せる! 心の詰まりもスッキリしよう。



うんちメディア

うんちに特化した「ウントピ!」や腸活特化型YouTube「ウンTube」など腸活・うんちの最新情報を発信中。

腸活で変化したこと
ベスト10

- 1位 便秘が解消した
- 2位 体重が減った
- 3位 前向きになった

- 4位 おなかまわりがスッキリした
- 5位 美肌になった、肌質がよくなった
- 6位 風邪をひきにくくなった
- 7位 代謝が上がった
- 8位 ストレスが軽減した
- 9位 太りにくくなった
- 10位 むくみが解消した

機能性表示食品

日本予防医薬が開発 “本気の腸活”なら 「500億個のビフィズス菌」

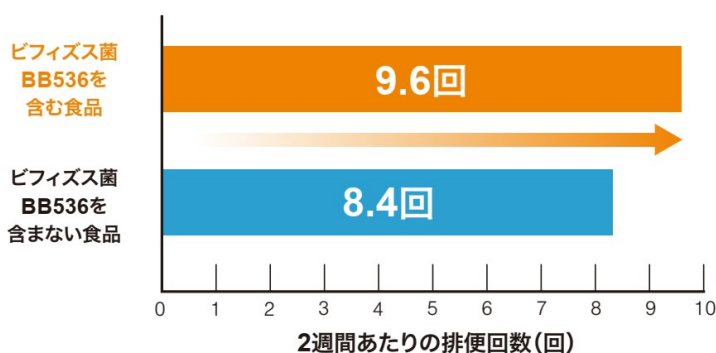


ビフィズス菌BB536の圧倒的な配合量

腸内環境を良好にし、腸の調子を整える機能が報告されています

※機能性関与成分の研究報告

2週間ビフィズス菌BB536を摂取することで、
排便回数が増加したと報告されています。



出典:清水(肖)らJapanese Journal of Lactic Acid Bacterial 18(1):31-36(2007)から改変 ■被験者:21歳~45歳の便秘傾向者55名のうち、週あたりの排便回数が2~5回の者48名 ■摂取期間:2週間(ビフィズス菌BB536を20億個含む食品またはビフィズス菌BB536を含まない食品を2週間摂取) ※研究レビューの対象となった論文のうち、代表的な1報を事例として提示しています。



「スッキリ!」「スムーズで爽快」「これなら続けられそう!」といった利用者の感想の声が寄せられています。 ※お客様アンケートより(n=26) 自社調べ 期間:2019/8~2022/1

6

参加特典 30包×1箱(30日分)を使います。

機能性表示食品

500億個のビフィズス菌

1日あたり目安:1包

○機能性関与成分:ビフィズス菌BB536 ○原材料名:ビフィズス菌末(澱粉、ビフィズス菌乾燥原末)(国内製造)(乳成分を含む)/テアニン、ステアリン酸カルシウム、微粒二酸化ケイ素※特定原材料:乳 ○届出番号:D306 ○届出表示:本品にはビフィズス菌BB536が含まれます。ビフィズス菌BB536には、腸内環境を良好にし、腸の調子を整える機能が報告されています。

- 本品は、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。
- 本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。
- 食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

