

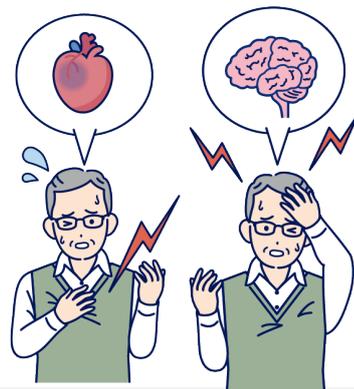
高血圧のリスクが高い加入者様にお送りしています。

## 高血圧改善支援プログラムのご案内

糖尿病や高血圧は  
自覚症状がなく、  
病態が進行しても  
放置しがち。



数値が高い状態が  
つづくと  
血管が徐々に傷つき、  
重篤な合併症を  
引き起こす場合が  
あります。



重症化を防ぐためには  
服薬治療に加えて生活習慣の改善が必要です。

この機会にぜひSBIヘルスケアの  
高血圧改善支援プログラムにご参加ください。

詳細はリーフレットを参照ください。

参加  
費用 150,000 円  
相当が

無料

特典①

参加特典をプレゼント

詳細は別紙のチラシをご覧ください。

参加費用は全額健保が負担します。

参加ご希望の方は こちらのQRコードまたはURLからお申込みください

URL

<https://edlb.f.msgs.jp/n/form/edlb/3GQPLv8rJER5AzLeBK8wf>



# よくあるご質問

## Q1 通院、服薬しているから大丈夫なのでは？

A1 効果的な治療には、服薬だけではなく生活習慣の改善が重要になってきます。米国の研究結果でも通常治療群(服薬治療のみの方)と強化治療群(服薬治療+生活習慣改善等の強化治療を行った方)では、将来的な合併症発症確率について強化治療群の方が低いことが確認されています。

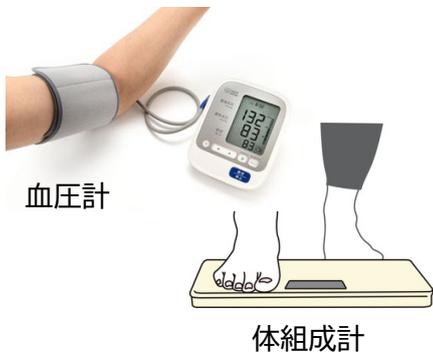
## Q2 自分で取り組んでいるので不要では？

A2 取り組まれている内容がご自身に最適なのか、数値として「見える化」することが重要です。本プログラムでは専用アプリによって「見える化」することで、専門コーチが参加者の方に最適な支援をさせていただきます。

## SBIヘルスケアの重症化予防支援プログラムの特徴

### 特徴 1

スマホアプリと測定機器で生活習慣を見える化。成果を実感できます



### 特徴 2

専属コーチが、参加者皆様の生活スタイルに併せて無理のない改善をご提案。



### 特徴 3

アプリで簡単に記録が可能。月に1回、30分のWEB面談で無理なく取り組みます。



詳細はリーフレットを参照ください。

参加申込は 右記のQRよりお申込みください

下記に記載メールアドレスでも随時お申込みを受け付けております



お問い合わせ先(プログラムの内容、発症リスク等について)

SBIヘルスケア株式会社

**SBI Healthcare** support@sbihealthcare.co.jp ☎ 080-7143-00272 (杉本)

ご注意 ①安全にご参加いただくため、1型糖尿病をお持ちの方、妊娠中の方、インスリン治療中の方、または人工透析を受けている方につきましては、原則としてご参加をご遠慮いただいております。その他にもお申し込み時の健康状態により、医師の判断等によりご参加をお控えいただく場合がございます。②本プログラムにおいて必ずしも健康状態の改善効果が保証されるものではない旨をご了承ください。③コーチは生活習慣の改善に向けたアドバイスを実施いたしますが、本プログラムにご参加頂いた方(以下「参加者」)の行動を強要するものではありません。④医師お伺い書面 取得費用、交通費、宿泊費、通信費その他の諸経費は参加者の負担となります。※本プログラム申込後にかかりつけ医の記入が必要になる「医師お伺い書面」を郵送でお送りします。参加者ご自身でかかりつけ医に必要事項を記入していただき、2回目の面談(初回面談から約2週間後)までにご提出をお願いします(詳細はお申し込み後にご案内いたします)。

個人情報の取扱い:参加者の個人情報及び個人データの取り扱い等については別途参加時にご提示する「個人情報の取り扱いについて」の記載に基づくものとします。当社は参加者の個人情報の収集、利用、開示などの取り扱いに関し、当該個人情報(「個人情報の保護に関する法律」)その他のすべての適用法の意味における個人情報又は個人データに該当する場合には、これらの適用法を遵守します。

まずは  
チャレンジ

2週間のお試し期間つき!

SBI Healthcare

# 高血圧

## 改善支援 プログラム

スマホアプリで  
数値を可視化し  
専属のコーチとともに  
健康的な毎日を

プログラムに参加した多くの方が  
「生活習慣が改善できた!」と感じています。

生活習慣が改善した!

85.7%

最後まで継続できた!

97.7%

プログラムに満足!

96.7%

※2023年度プログラム終了者へのアンケート結果を基に集計し掲載しています。

症状の改善には服薬に加え生活習慣の改善も重要です。  
専門医監修のプログラムですので、安心してご参加ください。



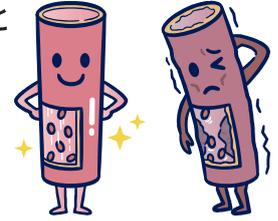


# 放置すると、合併症等のリスクが高まります。

糖尿病や高血圧は  
自覚症状がなく、  
放置しがちです。



数値が高い状態がつづく  
血管が徐々に傷つき、  
重篤な合併症を  
引き起こす場合  
があります。



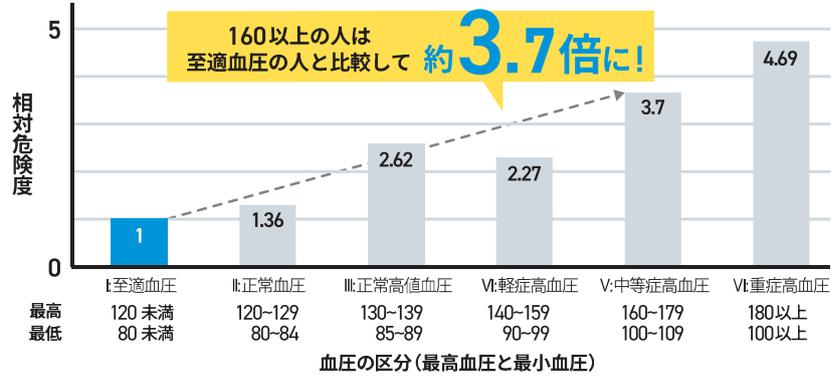
## 合併症リスクとは？

高血圧の合併症には  
**心筋梗塞、  
脳梗塞、  
認知症**などが  
あげられます。



最高血圧が120未満、最低血圧80未満の人を1とした時の  
脳卒中の死亡率を示しています。血圧が高いほど脳卒中で  
死亡する危険性が高くなるのがわかります。

血圧の高さ別脳卒中死亡危険度 男性※1



## 早期治療の重要性

# 早期の強化治療によって、重症化のリスクを軽減

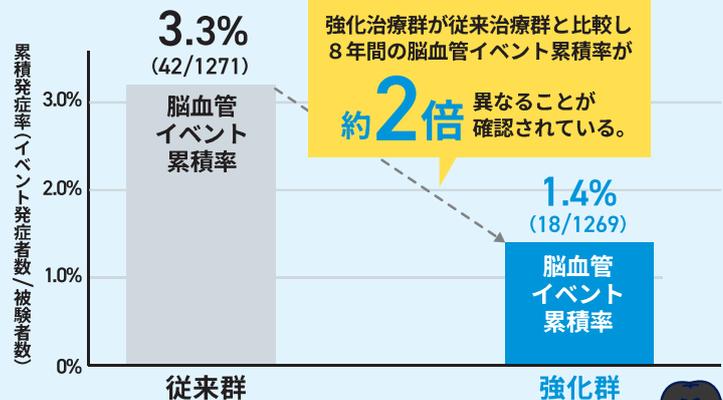
強化療法群と従来治療群で  
脳血管イベント累積率を比較※2

### 従来治療群

血管合併症の発症を低く抑えるために、  
現時点で標準と考えられている治療

### 強化療法群

血糖、血圧、脂質をより正常値に近づけるために、  
従来療法よりも強化された食事療法や運動療法を実施し、  
薬物療法ではそれぞれについてコントロールの様子を  
みながら、段階的に治療を強化



**早い段階での生活習慣の改善が重要です。**



※1 参考文献: NIPPON DATA80の19年追跡調査成績の分析 血圧水準と循環器疾患

※2 参考文献: J-DOIT3 (Japan Diabetes Optimal Integrated Treatment study for 3 major risk factors of cardiovascular diseases) は、厚生労働省の研究事業「糖尿病予防のための戦略研究 課題3」として実施される臨床試験



# 日々の健康づくりを 専属のコーチがお客さまに伴走しサポート!

本プログラムでは、専用アプリを活用し完全オンラインで、専属のコーチがお客さまの状況に応じた継続的な生活習慣の改善をサポートいたします。

## 1 コーチとWEB面談

専属コーチと月1回約30分のWEB面談。  
お客さまの状況を確認のうえ  
継続可能な目標を設定。



## 2 アプリに記録

専用アプリで目標達成状況や食事内容等を記録。  
血圧計等を活用し測定結果を専属コーチに連携。



期間

# 3~6ヶ月

ご希望の期間を選択可能

お食事の記録から  
塩分摂取量が多いようです。  
塩分が多いと血圧が上昇  
しやすくなるので、**漬物や汁物の  
摂取頻度・量**を見直しませんか？



専属コーチ

## 4 毎日の小さな改善

お客さまが続けられると思う改善を目標に  
設定し、生活習慣を少しずつ良い方向へ。

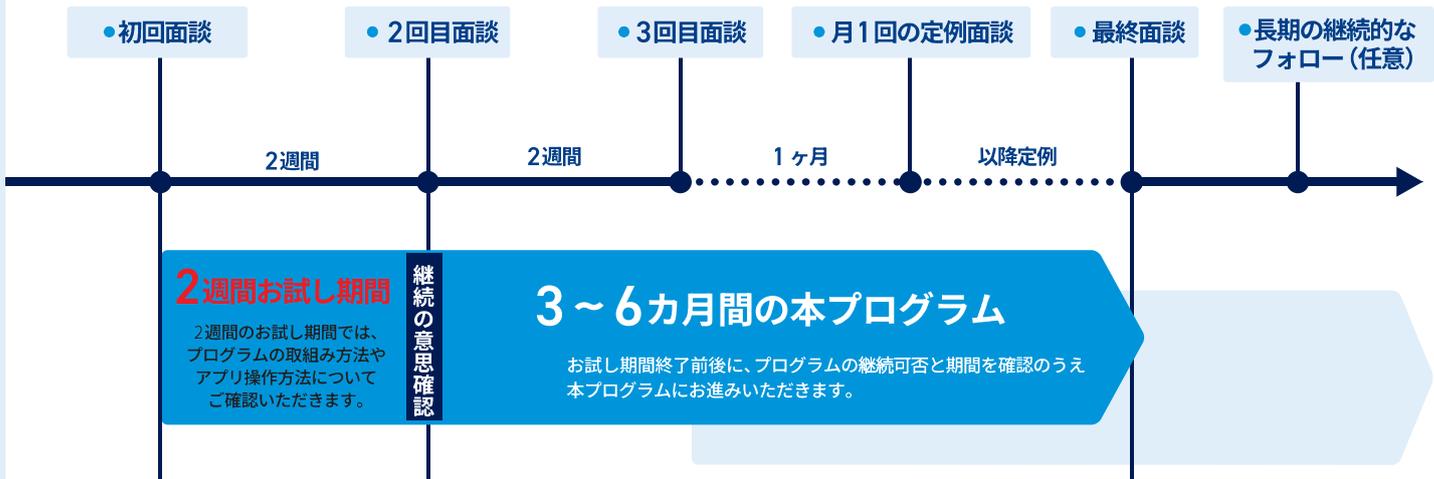


## 3 チャットで コーチのアドバイス

記録内容を分析し、  
よりお客さまに沿った改善を提案。



## プログラム全体のイメージ



## プログラムに参加した多くの方が 「生活習慣が改善できた!」と感じられています。

### 参加者の声

数値の可視化で  
納得感を持って取り組む  
ことができました!



56歳・男性

専用アプリに記録し可視化することで、納得感をもって取り組めたことが、結果に繋がったと思っています。

専属コーチングのおかげで  
「あっ」という間に  
プログラムが終了しました!



62歳・女性

分かりやすく優しい語り口で大変よかったです! 問いに対してすぐ資料つきで説明いただきモチベーションにもつながりました。

完全オンラインでも  
目標の減量と健康数値の  
改善ができました!



67歳・男性

自身の状況が正確にわかり落ち込みながらも、WEB面談やチャットにて適確にご支援いただいたことで目標を達成できました。

### よくあるご質問



通院、服薬しているから  
大丈夫なのは?



効果的な治療には、服薬だけではなく生活習慣の改善が重要です。米国の研究結果でも通常治療群と強化治療では、将来的な合併症発症確率について強化治療群の方が低いことが確認されています。



自分で  
取り組めているので  
不要では?



取り組まれている内容がご自身に最適なのか、数値として「見える化」することが重要です。本プログラムでは専用アプリによって「見える化」することで、専門コーチが参加者の方に最適な支援をさせていただきます。



プログラムの負担は  
大きくないですか?



日々の取組内容は、コーチと参加者の間で、状況に合わせて決めます。仕事などで多忙な状況が続く場合でも、無理のない目標を立てることで負担なくお取り組みいただけます。

### 参加方法



お申し込み



アプリ設定

設定が難しい場合、弊社担当より電話等お客様の都合の良い方法で設定支援させていただきます。



お客さまに  
最適なコーチ  
のアサイン

アプリのチャットで初回面談の日程を調整させていただきます。



資料郵送



プログラム  
開始

SBIヘルスケアアプリ内のチャット機能で担当コーチよりご連絡させていただきます。

お申し込みは「ご案内用紙」をご確認ください。

# あいちフィナンシャルグループ 健康保険組合加入者様限定！

## プログラムの効果をさらに高める ための補助グッズを1点ご選択下さい

初回面談時後にご自宅へお送りいたします

### ①血糖測定器



### ②Fitbit (スマートウォッチ)



ブラックのみ

### ③リカバリーウェア



2色から  
選択可能

### ④体組成計



今流行りのウェアで  
翌日も健康に！

ご利用頂くアプリと  
自動連携可能！