

スマホで簡単、不調ケア

# ポケットセラピスト

あなたの健康と、日々のパフォーマンスを  
セラピスト（医療専門職）がサポート

自己負担なし

何度でも  
利用無料



セラピストは担当制

## オンライン面談

セラピストがマンツーマンで  
あなたの健康をサポート

💡 毎月20名先着の限定機能！

- ✓ しっかり相談したい
- ✓ 継続したフォローが欲しい
- ✓ 体の状態を見てもらいたい

24時間いつでも

## テキスト相談

気軽な相談に、セラピスト  
が回答してくれる！

- ✓ 時間帯を気にせず相談したい
- ✓ 忙しい時にサクッと
- ✓ 面と向かって話しづらい相談に

約200本公開中

## 動画コンテンツ

フィットネス&ヘルスケア  
動画が視聴し放題

- ✓ 自分のペースで取り組みたい
- ✓ 軽い運動を始めてみたい
- ✓ 健康の知識を学びたい



あなたに合った方法で、毎日のセルフケア！  
たとえば、こんなときに・・・

首や肩こりなどの  
慢性的な痛みがある

自分にあったストレッチや  
運動を知りたい

最近、疲れが取れない  
気分の落ち込みをどうにかしたい

仕事や趣味活動のパフォー  
マンスを高めたい



登録はこちら

今すぐご利用いただけます

※相談内容等が所属先へ伝わることはご  
ざいませぬ。安心してご利用ください。

【お問い合わせ先】  
azbilグループ健康保険組合  
kenshin@azbil.com