



「我慢しなくてもいい。」

「必要なのは知識。」

Mealthy

# 健幸アラカルト 「3ヶ月で - 2キロ」

あなたの体調管理をサポートします。

食事が変わると人生が変わります。

「辛い食事制限」は不要。

## 《Mealthyの特徴》

管理栄養士によるマンツーマンサポート。健康課題、お正月太りや若い頃からの体重変動等、あなたのライフスタイルにあわせてサポートさせていただきます。相談方法は食事写真をとって送るだけ！

**3か月回数無制限で相談出来ます。**

国内  
No.1  
相談回数



Mealthy社  
スマートフォンアプリ『Mealthy』

## 《e-ラーニング》

いつでも、どこでも受動喫煙法をクイズ形式で学習できる！喫煙で他人へ迷惑をかけたくない方には必見。喫煙されない方も制度をクイズで楽しく学べます。

※プログラム参加費は、azbilグループ健康保険組合が全額負担します。アプリを利用できる方が対象です。

お申込みは裏面へ

# プログラムスケジュール

## アプリサポートまでのながれ

二次元コードから**お申し込み登録**を行ってください。

### STEP 1



#### 参加回答

二次元コードを読み取るとお申し込みフォームが現れます。  
ご記入いただいた方から1週間ほどのご案内メールが届きます。

迷惑メールのフィルター設定をされている方は、  
@mealthy.meのドメインを受け取れるよう設定をお願い致します。

ご案内メールの方法に添って、**アプリの設定**をお願いいたします。

### STEP 2



#### アプリの設定

参加回答にて申込と回答いただくとアプリの利用に必要なプログラムコードが届きます。  
アプリのご登録方法のマニュアルもメールが届きますのでご安心ください。  
アプリ設定の際に、これから3ヶ月の**目標を決めて設定**します。

※通信料はお客様のご負担になりますので、Wi-Fi環境でのご利用をお勧めします。

Mealthy、アプリを活用して、**食事写真を投稿**しサポートを受けます。

### START



#### 目標に向かって開始

プログラム期間は**3ヶ月**です。  
3ヶ月の間の相談、サポート支援を受けます。

立てた目標に向かって、チャレンジすることで  
ダイエットの実現だけでなく、健康診断の数値も  
改善する事が期待できます。