

Life Assessment Note

今日から始める!!健康実践ノート

この一冊で「動機付け支援」「積極的支援」がすぐにはじめられます

・携帯に便利なA5版サイズを採用
・外見から“メタボ”を連想できない
・オシャレなデザイン

財団法人北陸体力科学研究所とクスリのアオキの実績と経験をもとに開発された画期的な支援ツールです

「標準的な健診・保健指導プログラム【確定版】」の基本的な要素をすべて網羅しています

Point 1 健診結果から今の自分を知ろう

なぜ“メタボ”がいけないか?の説明で終わらない健診結果を再確認してもらうことで自分のこととして認識を深めることにより、動機が強くなります

Point 2 目標を決める

適正な目標設定に導くプロセスには、明確な根拠をわかりやすくすることが必要です
面倒な計算が簡単にわかりやすくなります

Point 3 生活習慣の確認とおすすめ行動目標

エネルギー、脂質、嗜好品、運動にフォーカスし、短時間で、的確に具体的な行動目標がイメージしやすい仕組みになっています

Point 4 達成目標、行動目標を決める

目標の設定は、成功の鍵を握ります
Point3・4で導いた目標を再確認し、実践可能なレベルであるかどうかを考え、自己効力感を高めることで成功へ導きます

Point 5 健康ノートをつける

わかりやすく記入しやすい様式“めんどろ”な記録作業に抵抗なく取り組みます
実績に裏付けられた様式にノウハウが凝縮しています

参考資料

FAX オーダー用紙
0761-47-0656
Life Assessment Note

【お申し込み・お問い合わせ】
財団法人北陸体力科学研究所
〒923-8601 石川県小松市八幡イ13番地1
0761-47-1214 fax0761-47-0656
担当 南・上林

【オーダー部数別頒布価格】 送料:200冊ごとに@1,000

数量	単価	ご発注冊数
49冊までの場合	@500	
50冊～499冊までの場合	@450	
500冊～999冊までの場合	@400	
1,000冊以上の場合	@300	

【ご質問・ご要望】

見積書作成希望

【業務支援サービス】(オプション)

「Life Assessment Note」の取扱方法の説明	21,000円/回 (1回当たり2時) 交通費別途	財団法人 北陸体力科学研究所より専門スタッフを派遣します。詳細お問い合わせください。
個別健康支援の手法、特定保健指導事業展開方法について説明	63,000円/回 (1回当たり4時) 交通費別途	財団法人 北陸体力科学研究所より保健師、管理栄養士等を派遣します。詳細お問い合わせください。
歩数計プログラム	通信型歩数計 5000円 その他各種	クスリのアオキでは標準的な歩数計から、データ集計可能な歩数計まで、事業の目的に応じた様々な歩数計を取り揃えております。
保健指導システム	初回登録料 5,000円/施設 300円/月/ID	クスリのアオキよりASP方式でご提供。保健指導実施記録の電子化及び、継続支援Bのサポートをいたします。
食生活改善プログラム カロリーママ	食事日記添削 3,000円/回	クスリのアオキでは7日分の食事日記を添削し、詳細な分析及びコメントをつけてお渡します。

【ご利用者様連絡先】

団体・企業名			
部署・役職		(ふりかな) ご担当者名	
住所	(〒 -)		
電話番号	() -	FAX番号	() -

切り取り

個人情報取扱いのお約束

財団法人 北陸体力科学研究所（以下 北体研）は、ご利用者様の個人情報を適切に取り扱い、保護することを社会的責務と考え、社内規定に従って次のような基準を定め、個人情報の保護に努めます。

お申し込み用紙に記載され、北体研に寄せられた個人情報は、お問い合わせ内容の確認、資料送付の目的にのみ使用します。

お申し込み用紙への記入事項は、ご利用者様へのご連絡、商品発送のために必要なものですので、正確に入力くださいませ。

北体研の保有するご利用者様各位の個人情報は第三者に提示・提供を行わず、漏洩のないよう合理的な安全措置を講じ、適切な管理をいたします。保有するご利用者様各位の個人情報について、ご利用者様ご本人からの開示請求や個人情報内容修正、削除の要求があった場合には、受付後7営業日以内にこれに応じるとともに、可能な範囲内で通知いたします。

北体研の個人情報に関するお問い合わせは、下記までお願いいたします。

個人情報保護管理者及び窓口： 平田 裕司

: 0761-47-1214

E-mail : pms@sc-dynamic.com

(F0127)