

熊本市 糖尿病重症化 予防プログラムのご案内

参加費無料

支援期間
3ヶ月

先着
35名

本プログラムではスマートウォッチなどのデジタル機器を活用し、医療専門職が生活習慣の改善をサポートします。
また、専用アプリで食事や運動を記録することで、糖尿病の重症化や合併症の予防を目指します。

特典1 スマートウォッチ BSBAND または スマートリング Y4 Ring を選んで健康チェック!

3ヶ月間プログラムを継続した方へそのままプレゼント!

装着するだけで運動や
睡眠を記録・管理できる



24時間継続的に心拍数を測定し、
睡眠の質や傾向を把握できます。

リングサイズ 8号 or 10号 ・チラシ裏面にあるサイズ確認部分を切り取りサイズをお試しください。・サイズ交換は致しかねますのでご了承ください。

特典2

装着するだけで簡単に
「血糖値が見える」

血糖値測定器 Freestyle リブレ2の利用

初回面談時と3ヶ月後に24時間×2週間ずつ
装着し、血糖値の変化を見ることができます。



特典3

アプリで簡単管理!
歩いた分だけお得♪

ポイントをゲット!

好きな電子マネーに交換可能!
保健指導終了後もずっと使えます。



運動、睡眠、心拍数などを競うコンテストが開催されています。
楽しみながら生活習慣を見直しましょう!

お申込み

Web 申込み

【受付時間：24時間】



株式会社 Y4.com

電話申込み

050-3528-7866

【受付時間：平日 9:00～17:00】

プログラムの流れ

1 面談日の設定



参加申し込み後に、
Web 予約または電話
にて面談日の設定を行
います。

2 デバイス到着



使用ガイドとリブレ・スマートリング等がご自宅
へ送付されます。

3 初回面談

- 生活状況の聞き取り
- 行動目標の設定
- アプリのダウンロード

疾患や、重症化予防につ
いての基礎知識、サービス内
容を説明いたします。

リブレ装着

4 改善指導



オンライン面談や電話、
メールにて改善アドバイス
を受けます。

リブレ装着

5 最終評価



- 効果や取り組みの成果を確認
します。
- 達成した行動目標を終了後も
継続できるようにアドバイスを
受けます。

3ヶ月後

お申込み・サポート窓口

株式会社Y4.com (委託事業者) TEL.050-3528-7866

メールアドレス：nakagawa@y-4.jp

担当者不在の場合は、折り返しの
ご連絡をいたします。

お問い合わせ QR コード ▶▶▶

事業内容のお問い合わせ

熊本市国保年金課 TEL.096-328-2289

平日 8:30～17:15

