

楽しく続けられる！「気軽さ」と「オーダーメイド」が自慢です！

ニュー・パートナー

「N・PARTNER」で、

食べながら取り組む健康習慣はじめませんか？

参加費
無料

時間栄養学に着目

満足度 **90** %以上

プロの食事コーチング



土日祝日含む8時～22時の間で参加が可能

3ヶ月間、オンラインで実施!!

- ☑ 最初の1ヶ月間、Well-being食品を
食べながら生活リズムを整えよう！
- ☑ その他の食事は管理栄養士と相談

下記3種から初回面談時に管理栄養士と相談し、決定します

A 朝食プラン

目的

朝食を食べる習慣を作ることで体内時計を朝型のリズムに変え、生産性の向上を目指す。

食品内容



フルグラ1ヶ月分※1

プラン内容

開始1ヶ月、平日4日間の朝食にフルグラ1食分50gを目安に摂取し継続。

※1 フルグラ400gを2袋お届け致します

B 夕食プラン

目的

夕食に体内時計を整える大豆食品(L-セリン)を摂ることで夜型から朝型のリズムに変え、主食の糖質を減らし体重減少を目指す。

食品内容



ダイズライス1ヶ月分※2

プラン内容

開始1ヶ月、平日3日間の夕食の主食をダイズライスに変更し継続。

※2 ダイズライス800gを1袋お届け致します

C 朝と夕 しっかりプラン

目的

体内時計を整え、体重減少と生産性向上の両方を目指す。

食品内容



フルグラ
ダイズライス
各1ヶ月分※3

プラン内容

開始1ヶ月、平日4日間の朝食にフルグラ1食分50gを目安に摂取し継続。また平日3日間、夕食の主食をダイズライスに変更し継続。

※3 フルグラ400gを2袋、ダイズライス800gを1袋それぞれお届け致します

食品内容

Calbee フルグラ® 食後の血糖値が気になる方へ



特徴

いつもの美味しさそのまま！食物繊維・鉄分・8種のビタミンたっぷり！食後の血糖値対策ができる朝食シリアル。(機能性表示食品)

フジッコ

ダイズライス



特徴

菌ごたえのある食感が楽しめる、お米のような見た目のお大豆食品。お米よりも低糖質、高タンパクなのに満足感がある食べ応えです。

オンライン食事コーチング 「N・PARTNER」の

特徴4選!



No.1

ご都合に合わせてられます

	木 7	金 8	土 9	日 10	月 11	火 12
8:00	◎	◎	×	×	◎	◎
8:30	◎	◎	×	×	◎	◎
9:00	◎	◎	×	×	◎	◎
9:30	◎	◎	×	×	◎	◎
10:00	◎	◎	×	×	◎	◎
10:30	◎	◎	×	×	◎	◎
11:00	◎	◎	◎	◎	◎	◎

忙しい方でも大丈夫! 土日祝日
含めた朝8時~夜22時の間から
都合に合わせてお選び頂けます。

Zoomで
お待ちしております



No.2

あなたに合った栄養士に相談



出身地: 岩手県
趣味: 料理
指導モットー:
念書業は
「ちょっと良い食事」

出身地: 兵庫県
趣味: ピアノ/
指導モットー:
お食事が
「楽しい」ことが
一番大切です!

出身地: 長崎県
趣味: 野球観戦
指導モットー:
無理なく
続く、現実的なご提案

管理栄養士の中から、
お悩みや関心に合わせて
ご相談が可能です。

No.3

続けやすいご提案!

 暮の内弁当 624kcal 追加	 ツナサラダ 156kcal 追加	 高菜おにぎり 173kcal 追加
 ひじき煮 131kcal 追加	 サンドイッチ 278kcal 追加	 わらび餅 254kcal 追加

コンビニやスーパーなど生活に
合わせて食品リストや調理方法を
具体的にお勧めします。

No.4

面倒な準備は不要です



食事記録等面倒な作業なく
スマホやPCのみでオンライン
面談を始めることができます。

お申込み方法

健保のご案内メールの【返信】グループの【投票】ボタンより
②ニュー・パートナーコースを選択して送信してください

お問い合わせ先 タムラ製作所健康保険組合 担当:岡田
☎03-3978-2083直通070-7079-2595

締め切り

2024年12月23日 (月)

お申込みの方には1月24日頃に健保(岡田)
よりメールが届きます!

本プログラム受託事業者
タウンドクター株式会社

カスタマーサポート室
TEL: 0120-979-367 / E-mail: support@npartner.jp