

コガソフトウェア（株）では、健康保険組合様の委託を受けて
特定保健指導の一環として「スマイルチア」を提供しています。

疲労

だるい

その健康のお悩み 相談しませんか？

肥満

腰痛



トークルームのお申し込み お待ちしております！

「スマイルチア」では、忙しいあなたを応援するため、どこでも隙間時間で
お悩み相談「トークルーム」をご利用いただけます！

こんなお悩みを お持ちの方に

- ダイエットでツライ経験がある
- 健康への取り組みをしているけど、
これで合ってるのか不安…
- 最近体がだるくてツライ…
- 眠りが浅くて毎日だるい…
- 腰痛が酷くて…

スマイルチアは

こんなお悩みを解消する
サポートサービスです。
サービスの詳細は
裏面へ。

スマイルチアコンテンツ

トークルームでは

あなたの悩みから、おすすめの行動
「マイチャレンジ」
を設定できます。そのあとは
3ヶ月間「マイチャレンジ」を達成
するためのサポートを行います。

トークルーム概要

受入日時 月曜～土曜の10時～20時（最終予約可能時間20時）
祝、日曜も対応

場 所 携帯MFSアプリを使って、勤務中でも、在宅中でも可能

時 間 30分

参加費 無料

カウンセラー 直海（なおみ）

好きなことは食べること、体を動かすこと。
年代的に代謝が落ちてきたことが悩み。。
好きなことはやめずに楽しい健康ライフを送るため、
一緒に悩みを解消しましょう！

