

すぐにご登録を！

みんなの健康ナビ

こんなことができます！

ご自分の健診結果を表とグラフで振り返る！

過去のご自分の健診データの推移を表とグラフで見ることができます。「健診ナビ」では過去の変化がわかりやすく表示されます。

血圧、体重、歩数などを記録

血圧、体重、腹囲、歩数、体温などの「バイタル登録」で、健康改善やダイエットにもつな갑니다。

「ヘルスアップチャレンジ」に挑戦！

「野菜を増やす」「ウォーキングを15分以上」など、ご自分でチャレンジ項目を選び、毎日記録をつけます。

食事管理も！

簡単な分類から選んで、毎日の食事を入力すると、食事バランス表示、摂取カロリー、アドバイスまで受けられます。



健診予定日を入力すると1ヵ月前からカウントダウンメールが届く！

健診予定日を入れると、健診に向けた意識付けメールが計8回自動配信されます。

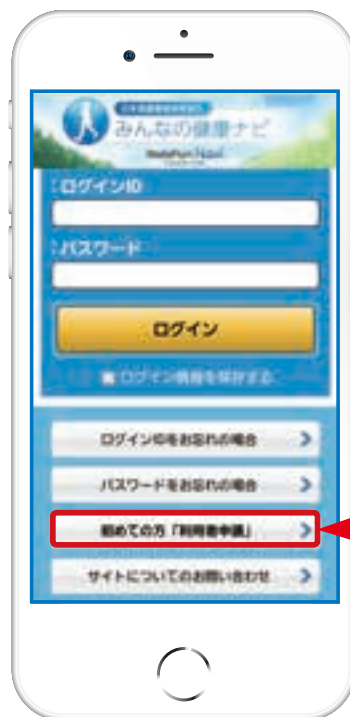
▼健診ナビ



登録はカンタンに
できます



スマホorパソコンと**保険証**を
お手元にご用意ください



QRコードから
アクセスできます！

ココから
お入りください



まだの方は
今すぐ登録を！