



※ Android版は開発中です。



## iPhone「ヘルスケア」で歩数を自動転送

iPhoneをご利用の方は、「ヘルスケア」のバイタルデータが自動転送できて便利です。

### 設定方法

- 1 「みんなの健康ナビ」で連携コードを取得
- 2 App Store から「WP コネクト」をインストール
- 3 「WP コネクト」で連携コードと生年月日を入力して同期
- 4 「WellsPort」の「データ送信」をタップすれば「ヘルスケア」の歩数などバイタルデータが転送できます。

## 食事を登録して、食べすぎチェック！

食事や間食の内容を登録して、摂取カロリーや食事バランスガイドで、バランスのとれた食生活が送れているかをチェック。アドバイスも受けられます。



## 動画で「Safety walking」やストレッチ、トレーニングを学ぶ

歩き方やストレッチ体操、筋力トレーニングを動画で学べます。ご自分だけのトレーニングメニューの作成もできます。

※パソコンからご覧いただけます。  
スマートフォンからはご利用できません。



健診を受けたら結果を確認！  
また来年に向けて  
健康な生活を続けましょう

まだ登録されていない方はすぐにログイン！  
日通健保ホームページからお入りください



前号に、「みんなの健康ナビ」は、現時点では被保険者向けサービスであることの記載漏れがあり、ご迷惑をお掛けいたしました。被扶養者の方がご利用いただけるようになりましたら、改めてご案内いたしますので、よろしくお願い申し上げます。