

日々の情報を記録し、健康状態を知る

日々の健康データ(体重、体温、歩数、血圧など)を記録することで、自身の健康状態を深く知り、体調の変化に気づきやすくなります。

また、記録を行うと健康スコアが付与されます。

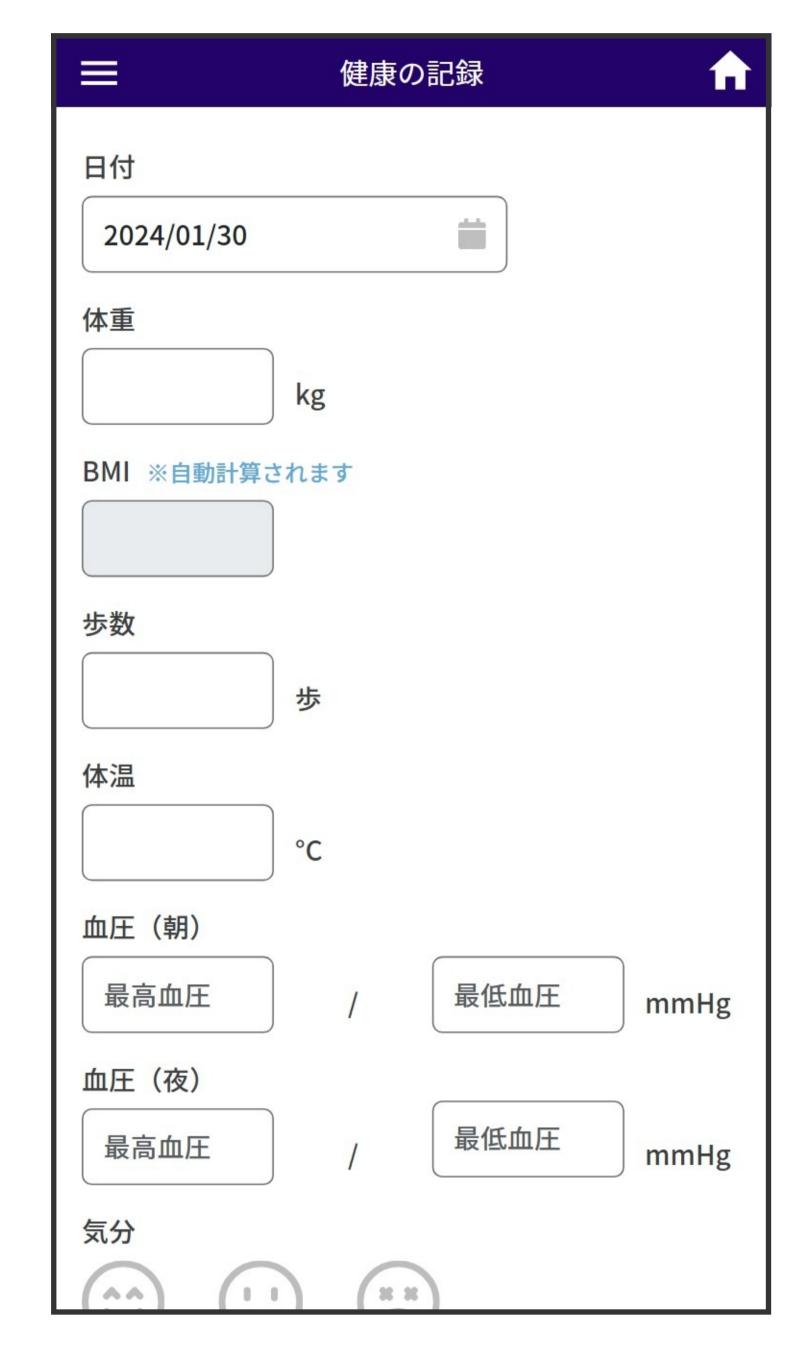
保健指導を受けている方は、保健指導に関する情報を記録することができます。 また、保健師の方に指導内容等を記載してもらうことができます。

健康の記録:登録

体重、歩数、体温、血圧、気分を記録することができます。 毎日記録して健康スコアGET!



①ホーム上部をタップ



②体重や歩数など記録 したい健康データを 入力します



③記録が完了すると 健康スコアGET!



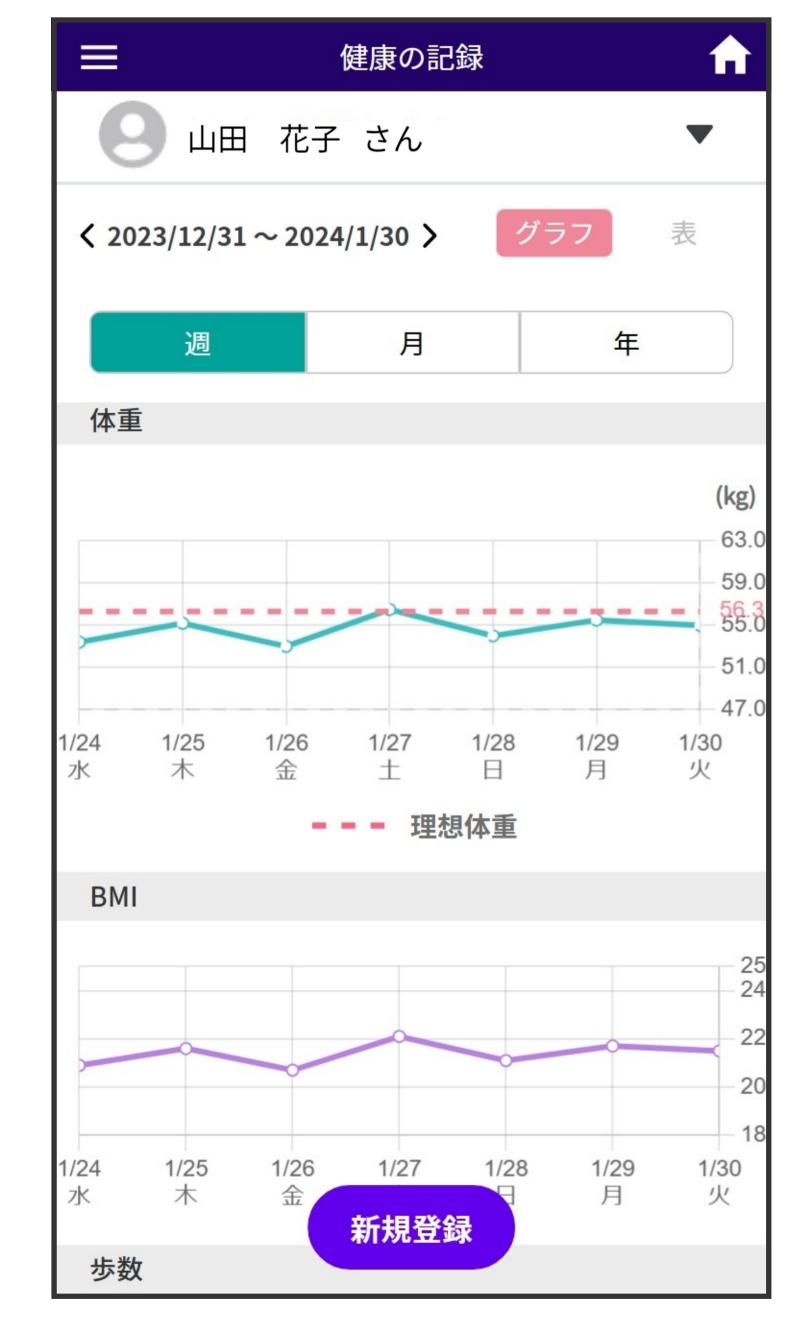
4ホーム上部に本日の 記録が表示されます

健康の記録:参照

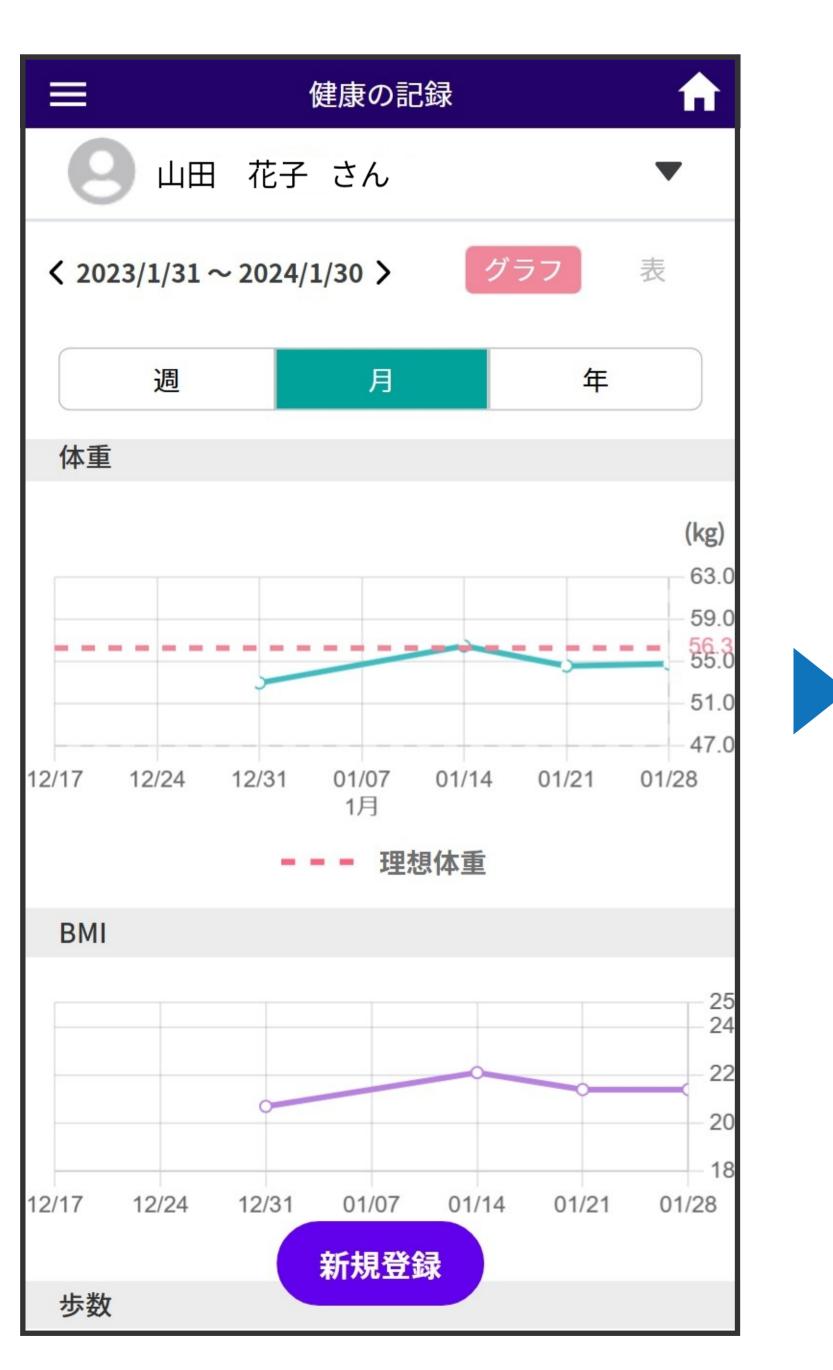
記録した健康データをグラフや表で確認することができます。 からだの変化をチェックしてみましょう。



1 「健康の記録」をタップ



②直近の健康データが表示され、横スクロールで 過去の記録を参照できます



健康の記録 山田 花子 さん グラフ ⟨ 2023/12/31 ~ 2024/1/30 ⟩ 体重(kg) BMI 血圧 - 朝(mmHg) 血圧 - 夜 21.5 | 120 / 80 **2024/01/30** 55.0 125/8 21.7 | 125 / 95 130 / 8 **2024/01/29** 55.5 **2024/01/28** 54.0 21.1 130 / 88 123/9 22.1 120 / 80 **2024/01/27** 56.5 122 / 8 20.7 **2024/01/26** 53.0 21.6 134 / 100 120 / 8 **2024/01/25** 55.2 **2024/01/24** 53.4 2024/01/23 2024/01/22 **2024/01/21** 55.0 21.5 | 120 / 100 124 / 9 2024/01/20 2024/01/19 新規登録

③右上のタブで表とグラフの切り替えが可能です



☑ 家族の医療情報をまとめて管理

いつ通院したのか、どんな理由で病院に行ったのか、どの薬をもらったのかなど、 バラバラになりがちな家族の医療情報をまとめて管理することができます。

利用シーンとして、子どもを病院に連れて行った時、医師や看護師に子どもの通院履歴や予防接種状況等を伝えることができます。

※追加する人のマイナンバーカードが必要です。

家族管理:登録

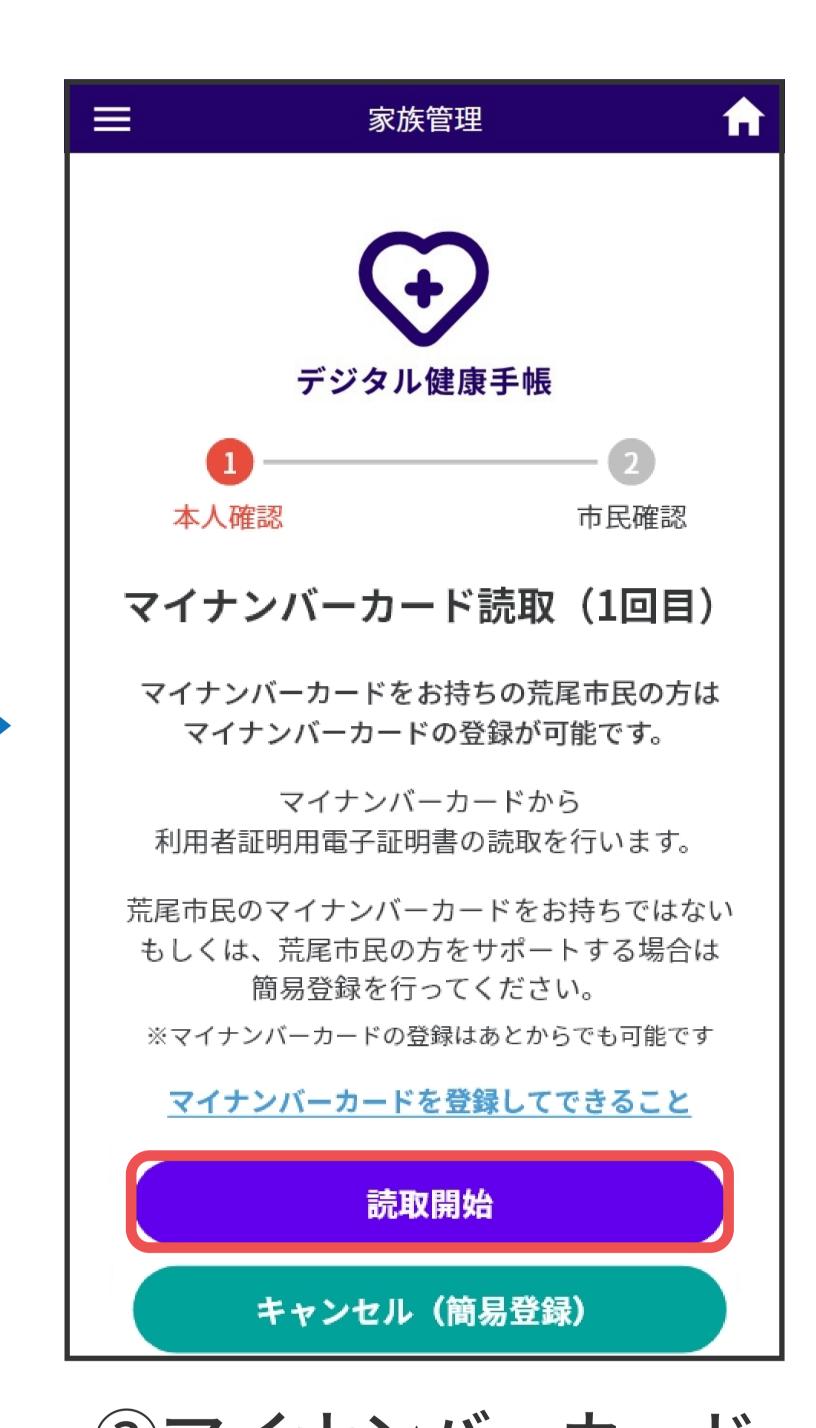
ユーザーの追加や削除、ユーザー情報の参照・変更ができます。 例) 自分のアカウントに子供を追加する



「家族管理」を
タップ



②「新規登録」をタップ



③マイナンバーカード 登録を行う



④追加したいユーザー の情報を入力



5 ユーザーが新しく追加されます



⑥ホームに戻り、画面上部に表示されているユーザー名をタップ



⑦追加したユーザーの一覧が表示されます参照したいユーザーをタップ



8 ユーザーが変更 されます



一離れた場所で暮らす家族の見まもり

デジタル健康手帳を利用している人と、健康手帳の共有を行うことで、 通院履歴などの医療情報を参照することができます。 離れていてなかなか会うことのできない状態でも、見守ることができます。

※連携には利用者本人の承認が必要です。

家族管理:共有

登録済みのユーザーに対して共有依頼を行い、参照できるようにします。 例)既にアカウントを持っている両親にアカウント情報を共有してもらう

1. 共有依頼を出す



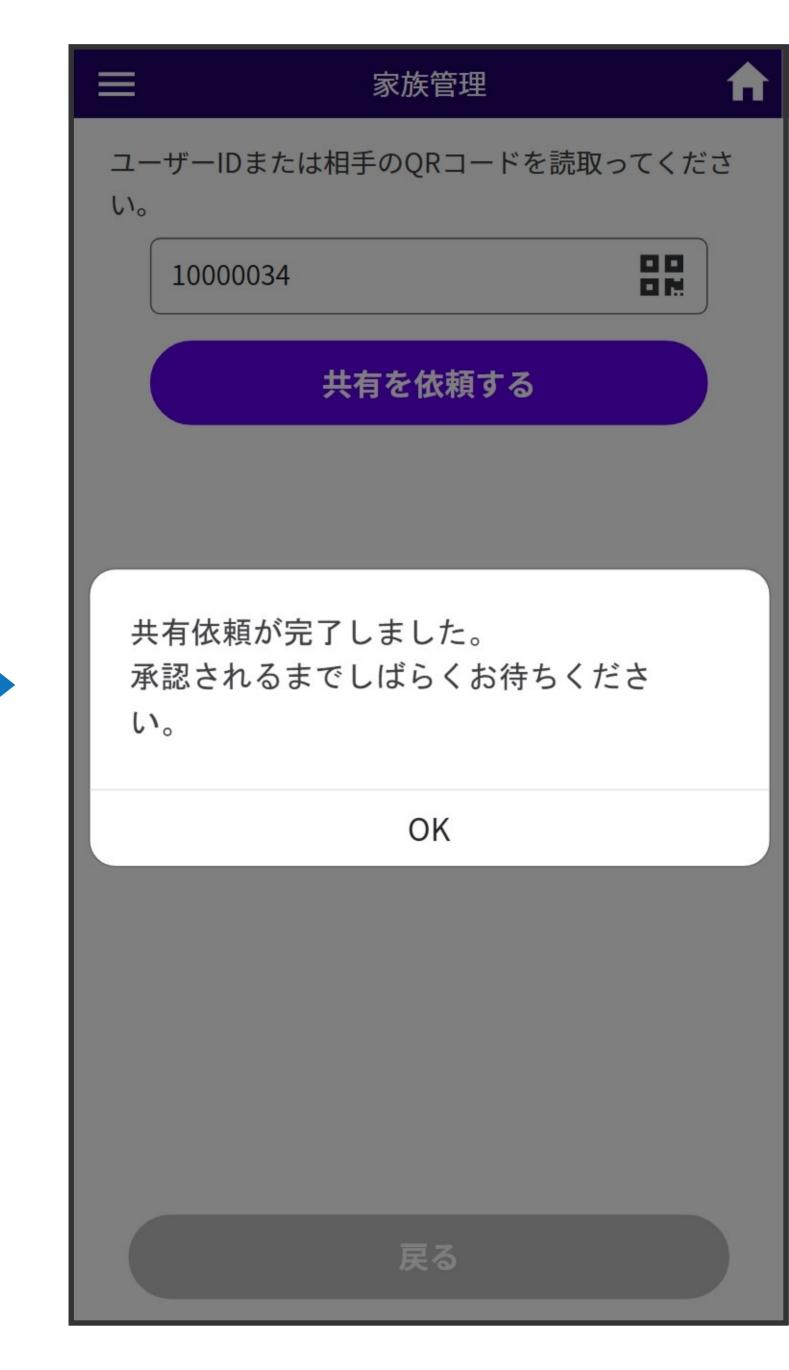
①「家族管理」をタップ



②「共有依頼」をタップ



③追加したいユーザーIDを 入力もしくは相手のQRコードを読み取り「共有を依頼 する」をタップ

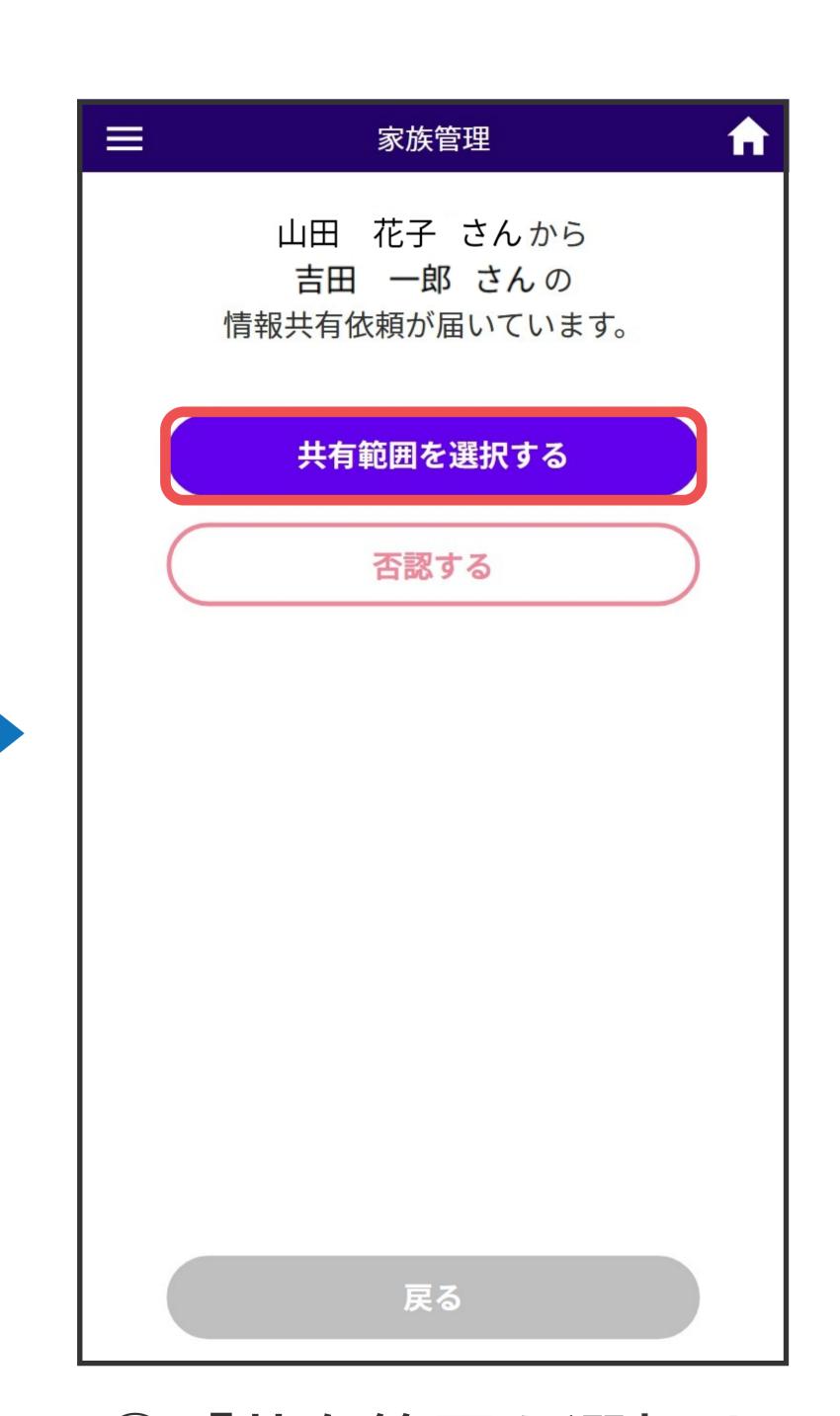


4 追加したいユーザー に共有依頼が送信 されます

2. 共有依頼を承認する



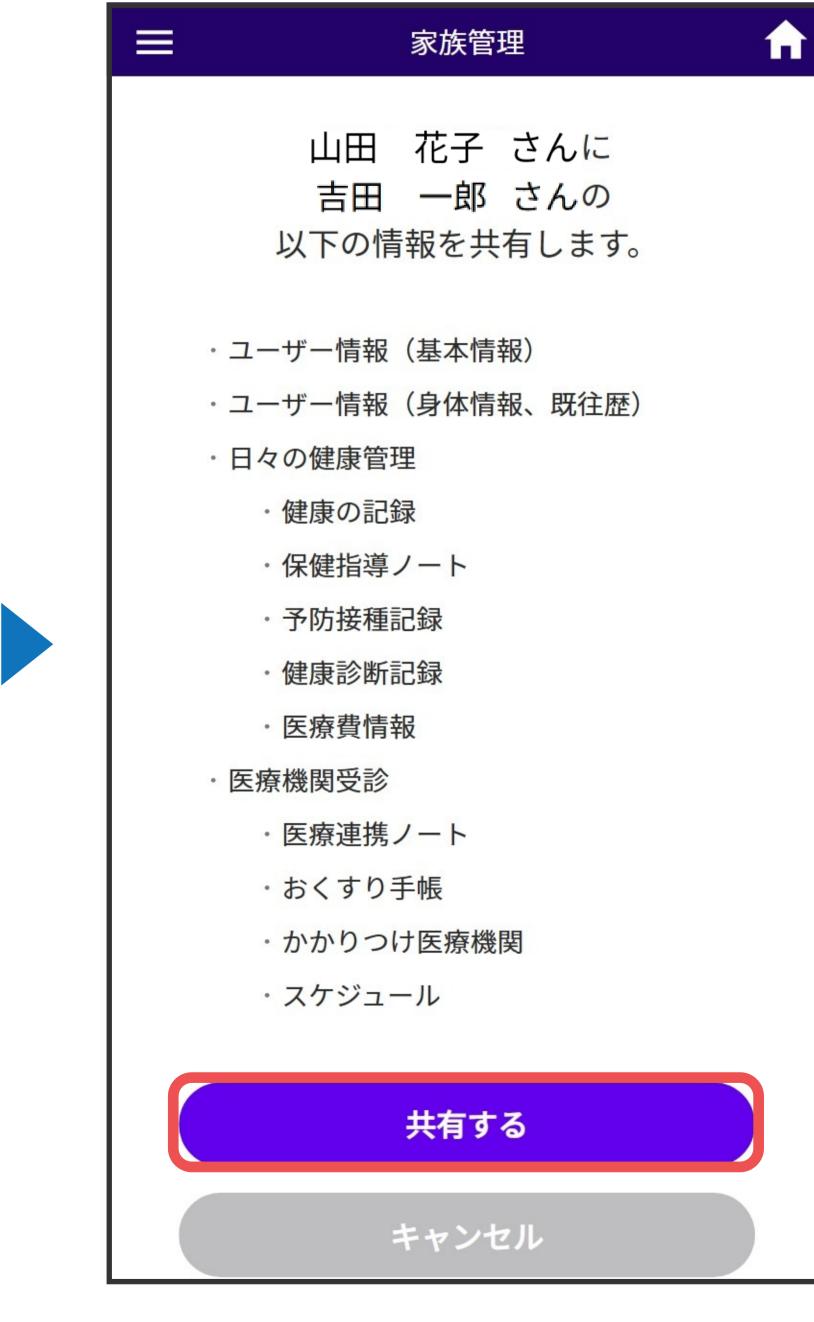
①共有依頼を受けたユーザー側にて共有依頼通知をタップ



②「共有範囲を選択する」をタップ共有しない場合は「否認する」をタップ



③共有する内容を選択し 「共有する」をタップ 選択した内容は相手が 閲覧、編集可能になります



④共有する内容を確認し 「共有する」をタップ 共有が開始されます