





1.	<b>初回利用登録(WEB認証)</b> ····································
2.	機微情報閲覧の為のセキュリティコード発行依頼 P2
3.	機微情報閲覧(セキュリティコードによる二段階認証) P3
4.	<b>TOPページの解説</b> P4
5.	あなたのステータスを確認する P5
6.	プロフィールを設定・変更する P6
7.	<b>ご利用案内を確認する</b> ····································
8.	「医療費情報」医薬費明細を確認する P8
9.	「医療費情報」医療費明細の見方 P9
10.	「医療費情報」給付金明細を確認する P10
11.	「医療費情報」ジェネリック医薬品差額情報を確認する
12.	「医療費情報」ジェネリック医薬品差額情報の見方 ····································
13.	「医療費情報」ジェネリックお願いシートを印刷する
14.	「医療費情報」ジェネリック「お薬情報」を確認する
15.	「医療費情報」医療費控除申告用(電子申告の場合)を確認する
16.	「医療費情報」医療費控除申告用(書面申告の場合)を確認する
17.	「健診結果情報」健康度を確認する P17
18.	「健診結果情報」健診結果表を確認する P18~19
19.	<b>ストレスチェックの利用方法</b> P20~21
20.	ポイントを確認する ······ P22
21.	ポイントをアイテムに交換する P23
22.	行動計画・目標(MYミッション)を登録する P24~25
23.	行動計画・目標(MYミッション)を記録する ······P26
24.	<b>「MYダイアリー」の見方</b> P27
25.	「MYバイタル」を確認する・記録する P28
26.	「健康情報」を確認する P29
27.	<b>MYメールの利用方法</b> P30



# 1. 初回利用登録(WEB認証)

<complex-block></complex-block>	$\sum_{i=1}^{n}$	
<page-header><text><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></text></page-header>		<ul> <li>②初回利用登録画面で「ログ インID(保険証の記号-番号)」</li> <li>「仮パスワード(生年月日)」</li> <li>「氏名(カナ)」「メールアドレス</li> <li>(必須)」を入力します。</li> </ul>
MrtAutures 1 在語時代とクレ ● ● marear ● C ■ C ■ C ■ C ■ C ■ C ■ C ■ C ■	$\sum$	
したのは日本的にない とのないたい とのないたい とのないたい とのない とのない とのない とのない とのない とのない とのない とのな		④本登録手続き画面で新しい パスワードを入力します。 本登録手続きが完了すると、MYミッション・ MYダイアリー・MYバイタル等の機微情報が 含まれないページを閲覧することができます。



# 2.機微情報閲覧の為のセキュリティコード発行依頼

[PC]	スマホ】
AURITRIA-90547	
①メニューバー「医療費情報」をクリックし、展開 されたリンク(赤枠内のいずれか)をクリックします。	①MENUをクリックし画面が遷移したら、「医療 費情報」をクリックし、展開されたリンク(赤枠 内のいずれか)をクリックします。
<complex-block><complex-block></complex-block></complex-block>	セキュリティコード         ビキュリティコード部は         ビキュリティコード部は         ビキュリティコードの送付先を入力します。
<complex-block><complex-block><complex-block><complex-block><complex-block><complex-block><image/></complex-block></complex-block></complex-block></complex-block></complex-block></complex-block>	<ul> <li>④被扶養者様、任意継続の方の場合は自宅住所に送付します。住所を入力後、「次へ」をクリックします。</li> <li>※被保険者様の場合、所属事業所宛てにセキュリティコードを送付しますのでこの画面は表示されません。</li> </ul>
	じセキュリティコート 発行依頼完了です。 ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●



# 2.機微情報閲覧の為のセキュリティコード発行依頼

[PC]	【スマホ】
①メニューバー「医療費情報」をクリックし、 展開 されたリンク(赤枠内のいずれか) をクリックします。	<ol> <li>MENUをクリックし画面が遷移したら、「医療 費情報」をクリックし、展開されたリンク(赤枠 内のいずれか)をクリックします。</li> </ol>
	セキュリティコード         マンマン・オンマン・オンマン・オンマン・オンマン・オンマン・オンマン・オンマン
Utraufical-remote       Utrau	<ul> <li>③セキュリティコードの送付先を入力します。</li> <li>④被扶養者様、任意継続の方の場合は 自宅住所に送付します。住所を入力後、 「次へ」をクリックします。</li> <li>※被保険者様の場合、所属事業所宛てにセキュ リティコードを送付しますのでこの画面は表示 されません。</li> </ul>
④入力内容を確認し、 正しければ「送信する」 をクリックします。	セキュリティコートは とす は は リティコート は の し し し し し し し し し し し し し し し し し し

Copyright©2020 MY HEALTH WEB All Rights Reserved.



# 3.機微情報閲覧(セキュリティコードによる二段階認証)



Copyright©2020 MY HEALTH WEB All Rights Reserved.



# 4.TOPページの解説

## ①ヘッダーメニュー

MYバイタル、MYミッション、MYダイアリー、MY ポイント、MYメールの設定・変更ができます。

● MYポイント

・MYポイント

現在獲得しているポイント数が表示されます。 (MYポイントについて→P13)

## ● MYメール

・MYメール あなた宛のお知らせメールが表示されます。 タイトルをクリックすると本文が表示されます。 (MYメールについて→P21)

## ● MYページ

## ・MYバイタル

あなたが設定したスローガン・目標体重・現在体重・ 現在体重から算出されたBMIが表示されます。 (プロフィール設定→P3)

## ・MYミッション

現在設定しているミッションが表示されます。 「記録する」から記録ページへ移動することができます。 (MYミッションについて→P15)

## ・MYダイアリー

ログイン状況が確認できます。 (MYダイアリーについて→P18)

WITメイナリーについて→PT 日日ま由

## 

主な機能の使い方を紹介し、下記の設定・変更が できます。

## ・医療費情報の見方

・健診結果の見方

## ・バイタルの設定

バイタルの設定ができます。

## ・ミッションの設定

ミッションの設定ができます。

## ・ポイントの利用

ポイントの利用ができます。

・パスワード・メールアドレスの変更

パスワード・メールアドレスの変更ができます。 ▶ **ゴ**利田客中

●ご利用案内

よくある質問をまとめました。

**②メニューバー**(P5)

プルダウンすると、下記の情報が閲覧できます。

## ●医療費情報

- ·医療費明細
- ・ジェネリック医薬品差額情報
- ·医療費控除申告用

## ●健診結果情報

- ·健診結果表
- ・改善アドバイス
- ●健康情報 MY HEALTH CLUB



医感旋明镜	<ul> <li>(四)(1)(1)(1)(1)(1)(1)(1)(1)(1)(1)(1)(1)(1)</li></ul>	◆ 今日の多数
ションネリック医薬品受験情報	② 改善アドバイス	0 <b>%</b>
医琼兹拉斯中告用		

# ③キャンペーン・おすすめ情報 期間限定のキャンペーン情報やおすすめ情報が表示されます。 ④健康情報 おすすめの各種コンテンツが表示されます。 ⑤新着情報 サイトの更新情報や健保からのお知らせが表示されます。 タイトルをクリックすると詳しい内容を読むことができます。



## 5.あなたのステータスを確認する

	WEB	M0842-F 3130P	HYX-& HYA-3 280304 &C880
	医球费情報	健診播展情報	<ul> <li>         ・         ・         ・</li></ul>
	STAL	24	0.μ Ειπ+τ: 1000 #
	S.L	EV.	
	活用する度もらえ	えるポイントでアイテム	كري Arget!! Okg ⊟atkata: دos kg
	es asser es pisso es		
1		スローガン	
		毎日一駅分歩く	
		<ol> <li>スローカンを設す。</li> </ol>	
-			
		進行中のミッション	
	塩分の多い食事を控える		終了日:2021/02/17(水)
	体重測定をし、記録する		移行日:2021/02/17(余)
	口の中が乾燥しないようにマウスウ 用する	フォッシュや保湿スプレーを使	49.7°63 : 2021/02/17((K)
	102		

#### <ミッション6つのステージ>



TOPページ中央部にあなたのステータスが表示 されています。

#### ①スローガン

MY HEALTH WEBでは、健康維持や生活 習慣改善の為にスローガン(目標)を設定 します。 ここには、あなたが設定したスローガン が表示されます。

#### ②進行中のミッション

ライフスタイルに合わせて6つのステージ (栄養・食生活、身体活動・運動、休養、 飲酒、喫煙、歯・口腔の健康)から生活 習慣改善の為の「ミッション(目標)」を 設定し、成果を記録します。

#### ③ミッションの記録

(1)設定したミッションの、成果を記録します。(2)新たにミッションの設定をします。



# 6.プロフィールを設定・変更する

親人向け使康ポークルサイト MYHE WEB	EALTH	ソシオヘルス健康 MYXポイント 503P MY	保護組合 (各種設定) C ホウケン タロ メール MYページ ご利用取り d	2077つト 日ウ 様 KK&RS第1	
			~		
	イタル				
108 > M1/1-5 M1/1-5 バイタル情	2.> MY/(イタル ル MYミッション MYダ	イアリー MYポイント	ΜΥΧ-ル ストレスチェッ	9	
スローガン					
		10月まで毎日一駅歩く			
現在の	体重 0 Kg 目標体重 6	50 Kg 1日歩数 0 歩	目標歩数 10000 営	5	
バイタルグ	57		目標やスローカンの設定はこちら	2	
		パイタル記録			
	🏕 漢動 · 睡眠	身体測定	💖 バイタル		
		運動・睡眠			
	48 H45R	エクリリィズ政府 勝利	利用方法	ž ()	
		- 1985 - 512 BIS	••• <u> </u>		
F				7	
	プロフィール設定			_	
	8402		プロフィール設定		
	スローガンを設定・変更する スローガンとは・・・MY HEALTH WEBでは	・健康経行や生活發売改善の為にスローガン	(日間)を設定します。		
	設定中のスロ	ローガン: 10月まで毎日一駅まく			
	スローガン#3	記/衣殿: 例):8月までに体重 Skg編の	载字る!! (米全角20文字以內)		
		変更する			l
	目標の体重を設定・変更する				
	MY/(イタルで目標値とする体重を設定します	r.			
	設定中の日 日福休益の説:	100/10回: 00 第/波浜: log			
		変更する			
	目標の1日の歩数を設定・変更する				
	MYバイタルで目標値とする1日の学表を設定	します。			
	目標の1日 目標の1日の参数量	(の時数: 10000 線/変現:	*		
		変更する			
	身長を設定・変更する				
	ハイバイタルで「ロハニ」算出に利用する数数を	「設定します。			
	現在の参考の型	の身長: 165 勝/変更: cm			
		変更する			



ヘッダーメニュー内の「MYメール」を

ある「目標やスローガンの設定は

こちら」をクリックします。

「MYバイタル」内、バイタル情報の右側下部に

クリックします。



# 7.ご利用案内を確認する



Copyright©2020 MY HEALTH WEB All Rights Reserved.



# 8.「医療費情報」医療費明細を確認する





<前月

## 9.「医療費情報」医療費明細の見方

#### 医療費明細

#### 平成26年07月の医療費明細

受診者	受診したところ	総医療員	健保負担額	窓口負担額	10.01.01
診療区分	診療年月/日数(回数)	食事療養貨	公費負担額	意利·食事負担額	48.00 DC 48
テスト ハナコ 通院	●●●こどもクリニック H26.07 1日	5,720 0	4,576 0	1,144 0	
テスト ハナコ 調剤	●●●菜局 H26.07 1日	4,020 0	3,216 0	804 0	
合計		9,740 0	7,792 0	1,948 0	

#### PDF ダウンロード / 印刷

- 記載は、1行につき1ヶ月間に1つの医療機関で受診された分をまとめています。
- 医療費の額には保険外負担(運動ヘット代、塗料における自負診療分等)は、含まれておりません。
   市町村の医療費助応等を受けている方は、助成分等が「窓口負担額」の機に記載される場合もあります。
- 市町村の直搬貨和町等を受けている方は、知気分等か「お山気道額」の傾向に転転される場合もあり、

  目己負担額等は、端数処理や裏置等によって、実際の支払額とは異なる場合があります。
  - この通知書は確定申告には使用できません。
  - ※ 医療費明細の見方については各種通知の見方をご参照ください。

#### 受診者

診療を受けた人の名前が表示されます。

#### 診療区分

診療を受けた人の続柄、入院・通院区分が表示されます。

受診したところ

診療を受けた病院や薬局名が表示されます。

#### 診療年月・日数(回数)

治療や入院に要した年月、日数、調剤の場合は回数が表示されます。

#### 総医療費

治療や入院に要した費用の合計金額です。

#### 食事瘤養费

入院に要した食事費用の合計金額です。

#### 健保負担額

総医療費のうち、健保組合が負担した金額です。

#### 公費負担額

総医療費のうち、国または市町村が負担した金額です。

#### 窓口負担額

総医療費のうち、あなたが負担した金額です。

#### 薬剤・食事負担額

薬剤・食事療養費のうち、あなたが負担した金額です。

#### ※医療費の掲載は、原則受診から3ヶ月後の掲載となります。医療機関からレセプト請求状況により さらに遅れることもあります。

※記載は、1行につき1ヶ月間に1つの医療機関で受診された分をまとめています

※ 医療費の額には保険外負担(差額ベット代、歯科における自費診療分等)は、含まれておりません ※ 市町村の医療費助成等を受けている方は、助成分等が「あなたが支払った額」の欄に記載される場合

もあります

## ※自己負担額等は、端数処理や審査等によって、実際の支払額とは異なる場合があります

※この通知書は確定申告には使用できません



# 10.「医療費情報」給付金支給明細を確認する





# 11.「医療費情報」ジェネリック医薬品差額情報を確認する





WEB		HYTE-C21- SOSP MIDL-JL M	A-S CHARA LCEARN
 医疫营情炎	ilatoriā 🛒 🗸 🗸 🗸	1277.74	建築相談
<ul> <li>Бание</li> </ul>			坐 朝来立ランキング
◎ 私付金支配用用			/100 位
0 EX#02+1E	/		



医康費明細		給付金:	支給明細	ジェネリック医薬品差額情報	医療費控	除申告用	
1	平成254	年02月の	D処方分	をジェネリック医薬品に切り替えると			
	÷	最大で	¥1,0	95の削減が可能です。			
		5	テネリッ	ク医薬品お願いシートを印刷			
医樂品情報検索							
Q 検索							~
医薬品情報の明細							
<ul> <li>医薬品情報の明細</li> <li>平成25年02月の明細</li> </ul>							
医薬品情報の明細 平成25年02月の明細 <sup>処方案</sup>	WT1			ジェネリック表筆品に切り替え	た場合		
<ul> <li>医薬品情報の明細</li> <li>平成25年02月の明細</li> <li>処7素</li> <li>先発医薬品名</li> </ul>	調1	使用量 (単位)	支払額	ジェネリック医薬品に切り組れ ジェネリック医薬品を	た場合 単価	NEA 可能級	切替後 支払額
医薬品情報の明細 平成25年02月の明細 気力第 気発展薬品を 188年月: 〒423年02月 医時間約6:5	編1 単価 Fスト病院 受	使用量 (単位) 参者氏名:53	支払額	ジェネリック振興語に切り組入 ジェネリック振興語に切り組入	た場合	MDA 可能編	切員後支払額
医薬品情報の明細 平成25年02月の明報 気力策 名力策 の時月:干成23年02月 安時総約:5 27-プロン00日15 2015	編1 単価 Fスト病院 型 95.2	使用量 (単位) 診者氏名:5% 35(錠)	支払調 とり3 ¥1,000	ジェネリック振興語に切り組え ジェネリック振興語名 ランソプラリールの日和15mg (DX)	た場合 単価 37.7	1993년 1973년 8년 18년 1973년 1974년 1974	切局後 支払額 ¥396
医薬品情報の明細 平成25年02月の明報 ちたま ちたままる     ちたまままる     ちたままます     ちたまままます     ちたまままます     ちたまままます     ちたまままます     ちたまままます     ちたまままます     ちたまままます     ちたまままます     ちたままままます     ちたままままます     ちたまままままます     ちたままままます     ちたまままままます     ちたまままままままままままます     ちたままままままままままままままままままままままままままままままままま	i補1 業価 デスト約成 型 95.2	使用服 (単位) 部者氏名:13 35(粒)	支出網 トリン ¥1,000		た場合 業価 37.7 37.7	WEM           파 HEMR           파 HEMR           나이스           나이스           +604	切局後 支払額 ¥396 ¥396
E 東島信報の明細 平成25年02月の明細 系の育 県内高田 県内高田 県内高田 県内高田 県内高田 県内高田 県内高田 県内高田 県内高田 県内高田 県内高田 県内高田 県内高田 県内高田 県内 県内 県内 県内 県内 県田 県内 県内 県田 県内 県内 県田 県内 県内 県内 県田 県内 日 県内 県内 県田 県内 日 県内 県内 県田 県内 県内 県田 県内 県内 県内 県内 県内 県内 県内 県内 県内 県内	編1 	使用皿 (單位) 診門氏名:132 35(錠)	<b>支出题</b> F /JJ ¥1,000		た場合 単価 37.7 37.7 40	ниа туная чбо4 чбо4 чбо4	<ul> <li>切档後 支払額</li> <li>¥396</li> <li>¥396</li> <li>¥420</li> </ul>
	編1 東西 Fスト時間型 95.2 18.6	使用量 (単位) 部門氏名:33(記) 35(記) 126(記)	<b>支払期</b> トルコ ¥1,000 ¥703		XMM           XMM	9004 97888 9604 9604 9580 9491	切掛後 支払題 ¥396 ¥396 ¥420 ¥212
	通道: 単価 シスト利用 空 95.2	使用服服 (甲位) 部者氏名:33(位) 35(位) 126(程)	<b>支払額</b> トルコ ¥1,000 ¥703		大場合	<b>HEAR</b> <b>173 SEAR</b> 4604 4604 4580 4491	切胎線 支払額 ¥396 ¥396 ¥420 ¥212 ¥212
	編1 	使用編 (単位) 部者氏名:73 35(粒) 126(料)	±1.488 ► 1/32 ¥1,000 ¥703		大端合 名の 名の 名の 名の 名の 名の 名の 名の 名の 名の	NEDAL           □ NEAL           ¥604           ¥604           ¥604           ¥604           ¥604           ¥604           ¥604           ¥604           ¥604           ¥604           ¥604           ¥491           ¥491           ¥491	切動線 支払線 ¥396 ¥420 ¥421 ¥212 ¥212
	編1 東通 アスト研究 型 95.2 18.6	使用量 (単位) 部件氏名:11 35(前) 126(前)	±1448 ► 1/3 ¥1,000 ¥703		大端合 編 編 37.7 37.7 37.7 40 5.6 5.6 5.6	HEDA           PJ REAR           V604           ¥604           ¥604           ¥580           ¥491           ¥491	切開線 支払器 ¥396 ¥396 ¥420 ¥212 ¥212 ¥212 ¥1,703

ナビメニュー内の「医療費情報」をクリックします。

「ジェネリック医薬品差額情報」をクリックします。

「ジェネリック医薬品差額情報」のページが表示されます。このページでは、「ジェネリック薬品検索」や、月単位の「ジェネリック医薬品差額情報」を確認できます。また、表示された「ジェネリック医薬品差額情報」をPDFファイルとしてダウンロード・印刷することができます。



# 12.「医療費情報」ジェネリック医薬品差額情報の見方

#### 医薬品情報の明細

#### 平成25年02月の明細

処方実績				ジェネリック医薬品に切り替えた場合			
先発医薬品名	薬価	使用量 (単位)	支払額	ジェネリック医薬品名	薬価	削減 可能額	切替後 支払額
診療年月:平成25年02月 医療機関名 テス	ト病院受	診者氏名:疗	λŀ ØΟ9				
<u>タケプロン0D錠15</u> お素情報	95.2	35(錠)	¥1,000	ランソプラゾールOD錠15mg「DK」	37.7	¥604	¥396
				ランソプラゾールOD錠15mg「JG」	37.7	¥604	¥396
				ランソプラゾールOD錠15mg「タイヨー」	40	¥580	¥420
ロキソニン錠60mg お薬情報	18.6	126(錠)	¥703	ロキソプロフェンナトリウム錠60mg「タイヨー」	5.6	¥491	¥212
				ロキソプロフェンナトリウム錠60mg「日医工」	5.6	¥491	¥212
				ロキペイン錠60mg	5.6	¥491	¥212
現状支払額業	811						¥1,703
全ての薬剤を差額の幅の最も大き	いものにも	のり替えた場合	合	NIXE -	「能額:¥」	L,095 支払	額:¥608

#### -----ジェネリック医薬品情報明細の見方

#### 処方実績

あなたが処方された医薬品の情報です。

#### 先発医薬品名

あなたが処方された先発医薬品です。「お薬情報」から医薬品の詳しい情報を閲覧出来ます。

#### 薬価

医薬品の価格です。

#### 使用量

処方された医薬品の量です。

#### 支払額

薬価 × 使用量 × 3割(自己負担分) = 支払額(小数点以下四捨五入)で算出された金額です。

#### ジェネリック医薬品名

先発医薬品と同じ効能を持つジェネリック医薬品の品名です。

#### 削減可能額

あなたに処方された先発医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合に削減出来る金額です。

#### 切替後支払額

ジェネリック医薬品に切り替えた場合にあなたが支払う金額です。

※窓口での実際のお支払額には、技術料・指導料・検査費用などが含まれているため、 実際の支払金額と異なる場合があります。
※削減可能額が0円となる場合もあります。



# 13.「医療費情報」ジェネリックお願いシートを印刷する

MY HEALTH WEB	avel ( ) , ,		し ログアウト たくある時間	メニュー	りの「医療費情報」をクリックします。
医療費情報 >	健診結果情報	✓ 健康情報 MY HEAL	TH CLUB		
10 A.	Sec. 1		◆日の歩数 ① - 歩		
		7			
	$\sim$				
WEB	ランスペッドグループ健康保険組合	●●●品支 [ご利用マニュアル] Dグアウ	-4	「ジェネリ	ック医薬品差額情報」をクリックします。
医原黄蒲根 人	H78Fr2H 3130F 健秘結果情報 🗸	MYX-ル MYK-S ご利用面内 よくわら 使動音報 MY HEALTH CLUB	5939		
<ul> <li>○ 末参目時期</li> <li>○ シェネリック保室記帯破壊回</li> </ul>	TÚ SA	0#			
	*.	¥			
0		0			
		7			
WY HEALTH 2922	ペッドグループ健康保険組合 SHEST	2HHR21376) 02791		「ジェネリ	ック医薬品差額情報」のページが表示さ
王祭良市県 マ DSRATES	Web/45ト 33300         WCX3         WW           他却似果真眼          他表	RE MY HEALTH CLUB		れます。	ち上にある「ジェネリックお願いシートを印
ジェネリック医薬品差額情報 ICE > S12ポリック意味品を結め				刷」をクリー表示され	ックするとシェネリックお願いシート」がます。
王泰貴時組 5115 平成25年02月の処方:	→リックEZ品Zは信候 分をジェネリック医菜品に切り替え	王徳県辺谷中和用 にると		印刷して	ご利用ください。
範大 C¥2,i	85200前週の可能です。				
医菜品估報检索 Q #示		<b>v</b>			
- 床後从住在の町舗					
La pase un recover and an					
	ジェネリック研究的に	STRUME			
Concernment of the second	ジェネリック構築部に シェネリック変革発表	5783.460 58 104 258 548 AM			
Image: constraint with well           MERCEN         Source of the sou	52405000000 5280500000000000000000000000000	-07833-660 	कि इन्		
	シェキリック部語4 センキリック部語4 わたくしはジェネリッグ 早成25年02月のジェネリッグ	2018-12-148 2018-12-148 2018	<del>6</del>		
		2010年1月1日 1010年1日 1010年日	52245998886(00182) 52245998886(00182)	1.568 868 Mil (128)	
		2010年1月1日 2010年1月1日 2010年日 2010年日日 2010年日 2	52755 52755 527555 5275558886	2.588 इ.स. साथ यहाल मार्ट्स इ.स.स.	
			52749998886(00182) 52749998886 52749998886 7597-600815mg (Dx) 7597-600815mg (Dx)	Ref         Ref         CRM           1272         1999         1929           1272         1994         1929	
		CONSULABLE	5x23/5008886.000831           5x23/5008886.000831           5x2-30/508886.00083           7527-600815mg (10)           7527-600815mg (19/3-1	Rate         State           Rat         State           100         State           200         State           400         State	
		3070ELARAIE           第         第         第         第         第         第         第         第         第         第         10	5x23/y/98886.009880           5x23/y/98886           5y2-3/y/98886           75/-600815mg (0.41)           75/-600815mg (9-13-1)           75/2-500815mg (9-13-1)           75/2-50091686mg (1682)	Rate         Rate         State           127         939         939           127         939         939           137         939         939           137         939         939           138         939         939           139         939         939           139         939         939           139         939         939	
			52241/598886.000ML           52241/598886.000ML           52241/598886           752/-600815mg [0K]           752/-600815mg [9K]3-1           752/-500815mg [9K]3-1	Article         Article <t< td=""><td></td></t<>	
			52295998888009888           522959988880009888           52295999888800           7537-6008155mg (Dx1)           7537-70081650000000000000000000000000000000000	International Internatina International International International Internation	



# 14.「医療費情報」ジェネリック「お薬情報」を確認する









メニュー内の「医療費情報」をクリックします。

「ジェネリック医薬品差額情報」をクリックします。

「ジェネリック医薬品差額情報」のページが表示 されます。ジェネリック医薬品差額情報内の「お 薬情報」をクリックすると、各医薬品の詳細情報 が表示されます。

※医薬品の表示が無い場合は「お薬情報」は表示 されません。

処方実績1				ジェネリック国業品に切り替えた場合				
先発展業品名	潮信	使用量 (単位)	支払額	ジェネリック医薬品名	##	HEAL 可能版	切替後 支払額	
泰年月:平成25年02月 医療機関名: <del>;</del>	テスト病院 受	診者氏名:テス	5 100					
ケプロン00段15 お第558	95.2	35(錠)	¥1,000	ランソプラゾールOD錠15mg「DK」	37.7	¥604	¥396	
				ランソプラゾールOD錠15mg「JG」	37.7	¥604	¥396	
				ランソプラゾールOD錠1 Smg「タイヨー」	40	¥580	¥420	
	18.6	126(粮)	₩703	ロキソプロフェンナトリウム夏60mg「タイヨー」	5.6	¥491	¥213	
				ロキソプロフェンナトリウム錠60mg「日医工」	5.6	¥491	¥212	
				ロキベイン姫6 0mg	5.6	¥491	¥213	
明状支払	88 8821						¥1,703	
お菜名: タケブロンOE シッパロン 97700 97700 97700 9770 2 97102 97700 97700 9770 2 9712 9710 9770 2 9712 9712 9710 2 9712 9712 9710	5							
	) 各 > 中力テコ 記の英 > プロ 部項稿, 注意	(U-名 (トンポンプ)) 生気描述。#	8音楽 びらん性音	毎日日前、リリンガー・エリンンの目前が1回目でスピリン会 1日の月間でありましょうのできた。1日、1日日であります。1日日の日 1日日の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日				
E 新築: 99プロンロ     Comparison 2010     Co	A > 中力テコ Eの英 > プロ Signature	10-名 (トンボンブ) (トンボンブ) (トンボンブ) (クター ・十二増振奏 ・ビロリ際政	1885 1950 1月13日 1月13日 1月13日 1月13日 1月14 1月14	●高田市成、シリンガー・エリスン(加速数/16月日7スとリン) 日本国産業務(日本)・日本日本国産の不同が同 市業業務。日本バインン(位、利用日本)が必須不同時代、日 日本 日本 リン)(値・利用日本) マシーとという意味(日本)				
		(リー名 (トンポンプ)) 中国語が、非 明語の補助・ リコパクター ・十二指語論 ・ビロリ感染	i音楽 (パラん体育) 清読者, 十 - ビロリ級 編・貫MAL 編, ヘリコ.	高度活動店、ソリンガー・エリスン都体制/低着着アスとリン袋 目れる石葉等体制に入掛く着見な見た日本「高量高の内容時間 高齢素 明人 リンパ酒・特殊を会い低高が多な時間、高額電グルに対する内 (グター・と口の間な音楽)				



# 15.「医療費控除申告用」(電子申告の場合)





# 16.「医療費控除申告用」(書面申告の場合)



# 17.「健診結果情報」健康度を確認する



メニュー内の「医療費情報」をクリックし、展開されたリンクから「健康 度」をクリックします。



Annousian			0.0
2412/17	2500/2012 751		次美文ドバノス
920RIR	1227年末 アドク	(1XAJX/P	KEPINAX
_,⊘× 🖕 💻	今の状態を保ちましょう	今回の検査結果は全て	<b>第三日</b> 市で特徴あ
■ 良い生	活習慣を続けまし	よう! ポープできるよう##	上開催して生活し
※相応の基準備は厚方省「標準的存就が	・保健指導プログラム[改訂版]」に登ついた数値でき	す。 医師 の所見等がある場合は、その作	际に使いましょう
あなたの	建康度は 100人中 <mark>1</mark>	5 <b>位</b> です。	
この健康度とは、MY HEALTH WEBで集	約した確認データを互に、問診結果	目(喉煙・飲酒・病歴)、当	齢、性別などの生活器
編リスタをホインドIEU (集計力和を行い	ハ、100人中何審日かを「目女」と	して示したものです。	
各検査項目でみるあなたの健康度			
収縮期血圧		100	
全体を10	10人とした場合、	50	
· 💛 · · ·	5番目	40	
心臓が収縮するときに、血管の内側にな	>かる圧力(最大血圧)を調べます	0 120未満120以上	130K ± 140K ± 160K ± 16
		•	
拡張期血圧		100	
金体至10	10人とした場合。	00	
1	2番目	40	
心臓が拡張するときに、血管の内側にた	かかる圧力 (最小血圧) を調べます。	0 0 00未満 2000.	5 8510 £ 9061.£ 10
		•	
中性脂肪		100	
		5	
4	9番目	40	
市液中の中性脂肪の価を調べます。中代	4時時が浸剰に増えると内容時時	20	
がたまり、肥満や動脈硬化の原因になり	)ます。	0	150 (4.2. 300 (4.
		100 (%)	
	10人とした場合。 6番日	60	
ADL3Dスチロール 全体を10 7	10人とした場合。 6番目	60 40 20	

対象検査項目(腹囲・BMI・空腹時血 糖・HbA1c・中性脂肪・HDLコレステ ロール・LDLコレステロール・血圧・質 問票〔服薬の有無・喫煙歴〕)より判 定を行い、結果を7パターンで表示し ます。 ※判定基準は弊社設定の数値となり ます。



## 18.「健診結果情報」健診結果表を確認する



#### メニュー内の「医療費情報」をク リックし、展開されたリンクから「健 康診断表」をクリックします。



<text><image/><image/><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header><section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></text>	健康度		健診結果表 アドバイス&こ		コメント		改善アドバイス				
<section-header><image/><image/><section-header><section-header><section-header><section-header></section-header></section-header></section-header></section-header></section-header>	8合評価/健康度										
<text><text><text><text><text><text><text></text></text></text></text></text></text></text>		¥.	2055	だと生活習慣病に! 医療機関を受診しましょう			今回の検査 け支援レベ, 定保健振得	今回の検査結果で、特定保健指導(勧携づ け支援レベル)対象と判定されました。特 定保健指導に対加して主活習慣を改善し			
<section-header><section-header><section-header><section-header><table-container><table-container><table-container>      Backanetical 1000 LPT 828 Per al 1000 LPT 828 Per al 1000 LPT 828 Per al 10000 LPT 828 PER al 100000 LPT 828 PER al 10000 LPT 828 PER al 10000 LPT 828 PER al 10000 LPT 828 PER al 100000 LPT 828 PER al 10000 LPT 828 PER al 10000 LPT 828 PER al 100000 LPT 828 PER al 10000 LPT 828 PER al 10000 LPT 828 PER al 100000 LPT 828 PER al 10000 LPT 828 PER al 100000 LPT 828 PER al 1000000 LPT 828 PER al 1000000000 LPT 828 PER al 1000000000 LPT 828 PER al 100000000000000000000000000000000000</table-container></table-container></table-container></section-header></section-header></section-header></section-header>		の利用の置	人。 王·古行 #僅以哪分香「標準的勾握	皆慣の	20154、欧川城	いい安	です。 個です。 医師の	しょう。 5: 機関を受診 所見等がある報	も、特定 しましょ 合は、そ	※健指導 う。 の指示に	ゆかれた 取用 こ従いましょう!
Back orderate is 2000, Provening volume         Description           -> attract volume         Solution         Solution         Solution					10	o. L m 7	0#0				
			>>	あなたの健 ・ 年代別でチ	東度は <b>10</b> エック!各様	道項目でみ	の自日で	C9。 康度 <<			
Partners											
Partial         Instant         Instant <t< th=""><th>の健康度とは、 ト化して集計分</th><th>MY HEAI 新を行い</th><th>LTH WEBで集約した 、100人中何番目が</th><th>:健診データ! を「目安」と</th><th>を基に健診結 して示したも</th><th>果、問診結果 5のです。</th><th>そ(喫煙・飲酒</th><th> ・病歴)、年</th><th>薪、性</th><th>別など</th><th>の生活習慣病闘</th></t<>	の健康度とは、 ト化して集計分	MY HEAI 新を行い	LTH WEBで集約した 、100人中何番目が	:健診データ! を「目安」と	を基に健診結 して示したも	果、問診結果 5のです。	そ(喫煙・飲酒	・病歴)、年	薪、性	別など	の生活習慣病闘
Partial         Light         Light <thlight< th="">         Light         Light         &lt;</thlight<>	診断結果表	ŧ									表の
相野日         凡しのの         120 001         120	下限值以	T	上限值以上								
H2         H2         61.0         67.0         67.6         67.0         70.5         1         Mage           BL1         23.0         23.5         23.7         23.4         24.6											
Bill         Bill </td <td></td> <td>, 8</td> <td>11111111111111111111111111111111111111</td> <td>R1.05.07</td> <td>H30.05.07</td> <td>H29.07.11</td> <td>H28.05.06</td> <td>H27.04.30</td> <td>83</td> <td>ēlā.</td> <td>里位</td>		, 8	11111111111111111111111111111111111111	R1.05.07	H30.05.07	H29.07.11	H28.05.06	H27.04.30	83	ēlā.	里位
相応()         相応()         日本         <	Bas	8	1919日 <u>休里</u>	R1.05.07 68.1	H30.05.07 67.3	H29.07.11 67.6	H28.05.06 67.6	H27.04.30 70.5	基 <sup>1</sup>	料道 -	里你 kg
血激性(NP)(分開)         (N)         <	身体	8131	管道田 住里 <u>BMI</u>	R1.05.07 68.1 23.8	H30.05.07 67.3 23.5	H29.07.11 67.6 23.7	H28.05.06 67.6 23.4	H27.04.30 70.5 24.5	麗道 - 24.9	単値 ・ 18.5	里你 kg -
日本部のの(研想性)         「日本         「日本 <t< td=""><td>身体</td><td>31 RI</td><td>管道日 <u> 住里</u> <u> BMI</u> <u> 展園(実測</u>)</td><td>R1.05.07 68.1 23.8 (A) 86.0</td><td>H30.05.07 67.3 23.5 87.0</td><td>H29.07.11 67.6 23.7 86.0</td><td>H28.05.06 67.6 23.4 85.0</td><td>H27.04.30 70.5 24.5 89.5</td><td>送送 ・ 24.9 84.9</td><td>- 18.5 -</td><td>里約 kg - cm</td></t<>	身体	31 RI	管道日 <u> 住里</u> <u> BMI</u> <u> 展園(実測</u> )	R1.05.07 68.1 23.8 (A) 86.0	H30.05.07 67.3 23.5 87.0	H29.07.11 67.6 23.7 86.0	H28.05.06 67.6 23.4 85.0	H27.04.30 70.5 24.5 89.5	送送 ・ 24.9 84.9	- 18.5 -	里約 kg - cm
○ (別知会田(1日田))         ○ (13)         ○ (14) <t< td=""><td><b>身体</b></td><td>4 الآراج (1</td><td>日町管理 重社 <u>1 M 6</u> (底実)国版 (KBC)(ASD)</td><td>R1.05.07 68.1 23.8 (1) 86.0</td><td>H30.05.07 67.3 23.5 87.0</td><td>H29.07.11 67.6 23.7 86.0</td><td>H28.05.06 67.6 23.4 85.0 B</td><td>H27.04.30 70.5 24.5 89.5 B</td><td>篇章 - 24.9 84.9 -</td><td>単道 - 18.5 - -</td><td>· 里約 kg - cm -</td></t<>	<b>身体</b>	4 الآراج (1	日町管理 重社 <u>1 M 6</u> (底実)国版 (KBC)(ASD)	R1.05.07 68.1 23.8 (1) 86.0	H30.05.07 67.3 23.5 87.0	H29.07.11 67.6 23.7 86.0	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 B	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 B	篇章 - 24.9 84.9 -	単道 - 18.5 - -	· 里約 kg - cm -
紅田島山(山田田)         小山)         9         63         96         64         0         000000000000000000000000000000000000	(本) (山) (山)	18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 1	日配管           建築           1           1           (東京)           加漆型(ABO)(試験管)           加漆型(Rh)(試験管法)	R1.05.07 68.1 23.8 23.8 86.0	H30.05.07 67.3 23.5 87.0	H29.07.11 67.6 23.7 86.0	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 B (+)	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 B (+)	通道 24.9 84.9 - -	8(8 - 18.5 - - -	- 単約 kg 
1         1         1         6         5         6         6         9           第27(2) 日本         ▲0.20         0.20         1.00         1.00         1.00         1.0         1.00         1.0         1.00 <t< td=""><td>(中国) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1</td><td>84                                     </td><td><u>住地日</u> <u>休里</u> <u>月州 I</u> <u>展回(表現)</u> 加速型(ABO)(試験管会) 加速型(Rh)(試験管会) 回速型(Rh)(試験管会)</td><td>R1.05.07 68.1 23.8 A 86.0 125</td><td>H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146</td><td>H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128</td><td>H28.05.06 67.6 23.4 85.0 B (+) 116</td><td>H27.04.30 70.5 24.5 89.5 B (+) 144</td><td>- 24.9 84.9 - 129</td><td>単道 - 18.5 - - - 0</td><td>kg - cm - mmHg</td></t<>	(中国) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1	84 	<u>住地日</u> <u>休里</u> <u>月州 I</u> <u>展回(表現)</u> 加速型(ABO)(試験管会) 加速型(Rh)(試験管会) 回速型(Rh)(試験管会)	R1.05.07 68.1 23.8 A 86.0 125	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 B (+) 116	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 B (+) 144	- 24.9 84.9 - 129	単道 - 18.5 - - - 0	kg - cm - mmHg
名力:G         A0:O         100 </td <td>身体 他们 西西</td> <td>林   【                                  </td> <td></td> <td>R1.05.07 68.1 23.8 ▲86.0 125 ▲ 90</td> <td>H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87</td> <td>H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 86</td> <td>H28.05.06 67.6 23.4 85.0 B (+) 116 83</td> <td>H27.04.30 70.5 24.5 89.5 B (+) 144 96</td> <td><ul> <li>-</li> <li>24.9</li> <li>84.9</li> <li>-</li> <li>129</li> <li>84</li> </ul></td> <td><ul> <li>・</li> <li>・</li></ul></td> <td>単約 kg - cm - - mmHg mmHg</td>	身体 他们 西西	林   【		R1.05.07 68.1 23.8 ▲86.0 125 ▲ 90	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 86	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 B (+) 116 83	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 B (+) 144 96	<ul> <li>-</li> <li>24.9</li> <li>84.9</li> <li>-</li> <li>129</li> <li>84</li> </ul>	<ul> <li>・</li> <li>・</li></ul>	単約 kg - cm - - mmHg mmHg
120/21120         100         1	月休秋 血河 西西	84 1817 1917 1917 1917 1917 1917 1917 1917	生生 生生 1.0.1 原国(変更) 原国(変更) 原国(変更) 原国(取用)(新鮮語) の時期の正(1.00日) の日期の正(1.00日) の日	R1.05.07 69.1 23.8 12.5 12.5 90	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 86	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 B (+) 116 83 65	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 (+) 144 96 70	84.9 - - - 129 84 80	<ul> <li>●道</li> <li>18.5</li> <li>-</li> <li>-</li> <li>0</li> <li>0</li> <li>60</li> </ul>	単約 kg - cm - mmHg mmHg 抽/分
第2万法         通0 30         0.30         1.00	(新)根 (血) (四)	14 8111 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	ままり また	R1.05.07 68.1 23.8 & 86.0 125 125 20 90	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87 87 0.20	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 86 86 1.00	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 8 (+) 1116 83 65	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 (+) 144 96 70	<ul> <li>※当</li> <li>24.9</li> <li>84.9</li> <li>-</li> <li>129</li> <li>84</li> <li>80</li> <li>-</li> </ul>	<ul> <li>●道</li> <li>18.5</li> <li>-</li> <li>-</li> <li>0</li> <li>0</li> <li>60</li> <li>0.7</li> </ul>	単約 kg - cm - - - mmHg mmHg 執/分
観力伝通数         120         150         150         120         100         0	月443 此时	14 (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1)	ままう 生ま 見出 見出 加速 (ASO)((研修)) いたま(ASO)((研修)) いたま(ASO)((研修)) には、のたい(ASO)((研修)) したまた(ASO)((TF)(ASO)) したまた(ASO)((TF)(ASO)((TF)(ASO)) したまた(ASO)((TF)(ASO)((TF)(ASO)) したま(ASO)((TF)(ASO)((TF)(ASO)) したまた(ASO)((TF)(ASO)((TF)(ASO)((TF)(ASO)) したまた(ASO)((TF)(AS	R1.05.07 68.1 23.8 86.0 125 90 125 90 125 125 125 125 125 125 125 125	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87 0.20 1.00	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 56 86 1.00 1.00	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 8 (+) 116 83 65 65 1.00	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 (+) 144 96 70 70 1.50	24.9 24.9 84.9 - 129 84 80 - -	HE 18.5 - - - 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	単約 kg - cm - - - mmHg 動/分 - - -
問題(+-2C)2/+         0	1446 1640 1640 1640	14 16 17 19 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	ままり 生まり 生ま また また なたの たたの また なたの たたの また たたの また たたの また たたの また たたの また たたの また たたの また たたの また たたの また たたの たたの また たたの たの	R1.05.07 68.1 23.8 86.0 125 125 125 125 0.20 1.00 1.00	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87 146 87 0.20 1.00 1.00	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 86 128 86 1.00 1.50 1.00	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 8 (+) 116 83 65 65 1.00	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 8 (+) 144 96 70 70	<ul> <li>第当</li> <li>24.9</li> <li>84.9</li> <li>129</li> <li>84</li> <li>80</li> <li>-</li> <li>-</li> <li>-</li> </ul>	<ul> <li>High</li> <li>18.5</li> <li>-</li> <li>-</li> <li>-</li> <li>0</li> <li>0</li> <li>0</li> <li>0</li> <li>0.7</li> <li>0.7</li> </ul>	単約 kg - cm - mmHg 加州 g 批/分 - - - -
問題(シェイエの注か)         0         <	深海 (山) (山)	料 (瓜15) 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	まました またの またの またの またの に 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	R1.05.07 68.1 23.8 & 86.0 125 2 2 90 125 2 2 90 125 2 2 90 1.00 1.20	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87 146 87 0.20 1.00 0.30 0.30	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 86 128 86 1.00 1.50 1.00 1.50	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 8 (+) 1116 83 65 65 1.00 1.00	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 8 (+) 144 96 70 50	<ul> <li>第3</li> <li>24.9</li> <li>24.9</li> <li>64.9</li> <li>-</li> <li>129</li> <li>84</li> <li>80</li> <li>-</li> <li>-</li></ul>	<ul> <li>-</li> <li>-</li></ul>	単約 kg - cm - - - - - - - - - - - - - - - - -
問題(シェイエンはたい)         0	深境 第四 日四	14 14 14 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	ままま すま すま した 取用(用力) 取用(用) 取用(用)	R1.05.07 68.1 23.8 86.0 125 90 125 0.20 1.00 0.00 1.20 0	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87 0.20 1.00 1.00 0.30 1.50 0	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 56 128 128 100 1.00 1.50 1.00 1.50 0	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 8 (+) 116 83 65	H27.04.30 70.5 89.5 8 (+) 144 96 70 1.50 1.50 1.00 0	24.9 24.9 84.9 - 129 84 80 - - - - - - -	HE 18.5 - - - - 0 - - - - - - - - - - - - - -	単約 kg - cm - mmhig mmhig 抱(分) - - - - - - こ 、 の 、 の 、 の ・ の ・ の ・ ・ の ・ の ・ ・ ・ ・ ・
相差の50071分泌         注(1):         石具数: 上         2 A L L L 2 L L         1 (a)         1 (b)         -         -         -           相差の第二の目         音(1):         石具数: 上         2 A L L         2 A L L         2 A L         2 A L         2 A L         2 A L         2 A L         2 A L         2 A L         3 A L         - <td>》 第 8 8 8 8</td> <td>18 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10</td> <td>まました まました まました まました まました まました まました ままし</td> <td>R1.05.07 68.1 23.8 ▲ 86.0 125 ▲ 90 0 0 0 0 0 0 0</td> <td>H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87 0.20 1.00 0.30 1.50 0 0</td> <td>H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 56 128 128 100 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 0 0</td> <td>H28.05.06 67.6 23.4 85.0 8 (+) 116 83 65 65 1.00 1.00 1.20 0 0</td> <td>H27.04.30 70.5 24.5 89.5 (+) 144 96 70  1.50  1.00 0 0</td> <td>24.9 24.9 84.9 - 129 84 80 - - - - - - - - - - - - - -</td> <td>HE 18.5 - - - - - - - - - - - - - - - - - - -</td> <td><ul> <li>※約</li> <li>kg</li> <li>-</li> <li>cm</li> <li>-</li> <li>-<!--</td--></li></ul></td>	》 第 8 8 8 8	18 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	まました まました まました まました まました まました まました ままし	R1.05.07 68.1 23.8 ▲ 86.0 125 ▲ 90 0 0 0 0 0 0 0	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87 0.20 1.00 0.30 1.50 0 0	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 56 128 128 100 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 0 0	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 8 (+) 116 83 65 65 1.00 1.00 1.20 0 0	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 (+) 144 96 70  1.50  1.00 0 0	24.9 24.9 84.9 - 129 84 80 - - - - - - - - - - - - - -	HE 18.5 - - - - - - - - - - - - - - - - - - -	<ul> <li>※約</li> <li>kg</li> <li>-</li> <li>cm</li> <li>-</li> <li>-<!--</td--></li></ul>
監護政策(内別)         五(1)         石栗窓         DAVIS           規工建築(加)         10         16         16         16         20         0         mmmbg	第 版	88 		R1.05.07 68.1 23.8 & 86.0 125 0 125 0 0 1.00 1.00 0 0 0 0 0 0 0	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87 0 146 87 146 0 146 0 146 0 100 1.00 1.00 0 0 0 0 0	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 56 128 128 128 128 128 128 128 128 128 100 1.50 1.50 1.50 1.50 0 0 0	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 8 (+) 116 83 65 1.00 1.00 1.20 0 0 0	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 (+) 144 96 70	84.9 24.9 84.9 - 129 84 80 - - - - - - - - - - - - - -	HE           18.5           18.7           -	※約 kg - cm - cm - mmHg mmHg たう - - - - - こ - - こ - - こ - - - - - - -
<u>銀圧接査(右)</u> 18 16 16 16 20 0 mmHg	34년 16日 18日 18日 18日 18日 18日 18日 18日 18日 18日 18	88 46 47 47 47 47 47 47 47		R1.05.07 68.1 23.8 & 86.0 125 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87 0 146 87 0 146 0 146 0 146 0 100 1.50 0 0 0 0 0 0	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 56 128 128 128 128 128 100 1.50 1.50 1.50 0 0 0 0	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 8 (+) 116 83 65 1.00 1.20 0 0 0 0	H27.04.30 70.5 89.5 89.5 8 (+) 144 96 70 70 1.50 1.00 0 0 0 0 0 0 0	84.9 24.9 84.9 7 129 84 80 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7	IB.5           .	<ul> <li>一般的</li> <li>kg</li> <li>cm</li> <li>-</li> <li>-&lt;</li></ul>
	新 市 市 市 市 市 市 市 市 市 市 市 市 市 市 市 市 市 市 市	8		R1.05.07 68.1 23.8 ▲ 86.0 125 4 0 0 1.00 1.00 1.00 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	H30.05.07 67.3 23.5 87.0 146 87 0.20 1.00 0.30 1.50 0 0 0 0 3 5 0 1.5 0 0 1.5 0 1.5 0 1.5 0 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5	H29.07.11 67.6 23.7 86.0 128 86 128 86 128 128 100 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 1.00 1.50 1.5	H28.05.06 67.6 23.4 85.0 8 (+) 116 83 65	H27.04.30 70.5 24.5 89.5 8 (+) 144 96 70 70 1.50 0 0 0 0 0 0 0 1 (a)	84.9 24.9 84.9 - - 129 84 80 - - - - - - - - - - - - -	Image: second	ビジ

健診結果数値が経年表示されます。 基準値を超えている場合は、外 つきます。「PDF/ダウンロード印刷」 から、画面表示されている健診結果 表をPDFファイルで表示させることが でき、データ保存や印刷が簡単に行 えます。





## 18.「健診結果情報」健診結果表を確認する



1	<b>務田(実用)</b>	【検査項目の解説】 腹囲は、内臓脂肪の蓄積が	ののがよく反映されることか
100 -	• • • • •	ら、測定値で過剰に蓄積し します。内臓脂肪の過剰な 密接にかかわっていること	っていないかどうかをチェック 潜積は、近年、生活習慣病。 がわかっています。
-		日本語ので、自由のな悪ノレ (第1日)の	師庭・痛風、心筋梗塞、脳の
60 40		シクリッ	10
60 40 20		<u>まなと</u> ゆクリッ	1 <b>0</b>
60 40 20 0		1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	1 <b>7</b>
60 40 20	an <sup>1</sup> 00 <sup>1</sup> 100 <sup>10</sup> 00 <sup>10</sup> 00	f 単など 作 利用の数値	<b>ック</b> 今回の影道

検査項目をクリックすると健診結果数値が 経年で分かりやすいグラフで表示されます。 また検査項目の解説や将来の疾病リスクが 表示されます。





将来の疾病リスクに表示されている傷 病名をクリックすると詳しい傷病情報を 閲覧することができます。



# 19.ストレスチェックの利用方法

	M72ポイント 5037 M7メール M7ペータ ご相思定内 よくある原則
	医療費情報         健診結果情報         CLUB         健康相談         申請手統         広報誌
	₩ 49年度ランキング
628	MYA-3
	MY/ITAN
	TOP > MY/C/G/L
	MY/ビイタル MYミッション MYダイアリー MYポイント MYメール ストレスチェック
	バイタル情報
	スローガン
	10月まで毎日一駅歩く
	現在の体重 0 Kg 目標体重 60 Kg 1日歩数 7000 歩 目標歩数 10000 歩



X > AFVA7199			1100 A		And and a second state
MYバイタル	MYミッション	MYダイアリー	MY#イント	MYX-JU	ストレスチェック
ストレスチェック	7				
6日頑張りすぎているお	なたへ。受けてみませんか	25分でできる (ココロの徳	<b>東</b> 総新](全65間)		
MAN AND STEPS ALLENT	毎日から時に笑きステとア	あたたのストレス度数 :	2 51/21025050000	S. BERL. [JC-1/+8	
1. 現在の「ストレス様	(ALL) [心臓の感労業]	1 8040.0001 P 74804 7	T PANELPILA	IN THEO INC JUN	- IT EIMADAT
<ol> <li>内的な要因として、</li> <li>外的な要因として、</li> </ol>	確認性・目前性・目己抑制 「階級の人間関係」「仕事	性といった「うつになりや' 厳」「やりがい」	invitions (2002	の長けやすさ」	
	切(コーピング)				
4. ストレスに対する構					



ヘッダーメニューから「MYデータ」を クリックします。

「ストレスチェック」をクリックします。

「ストレスチェック」の診断ページが 表示されます。「スタート」をクリックすると診 断が開始されます。



# 19.ストレスチェックの利用方法







設問が表示されます。 「はい」「はいに近い」「どちらとも言えない」 「いいえに近い」「いいえ」の5パターンから 回答を選び、クリックすると、次の設問へ移 動します。

全ての設問に回答すると、「ストレス 度数総合判定結果」が表示されます。

## ①あなたのストレス度数

あなたのストレス度数が点数で表示されます。また、ストレス傾向についても解説します。

## ②ストレス傾向のバランス

あなたの「ストレスの高低」「内的要因ストレ ス度」「外的要因ストレス度」「ストレスの対 応力」 のバランスをグラフで表示します。

## ③ストレス要因の判定

「ストレス状況」「性格・資質」「仕事・職場環 境」「ストレスへの対処」についてのスコアを 表示します。

2020.04.26

2020.04.15



# 20.ポイントを確認する





MY HEALTH WEBでは、毎日のログインやバイタ ル登録など、サイトのご利用に応じてポイントが 貯まります。貯まったポイントでお好きなアイテ ムと交換できる抽選に応募することができます。 ヘッダーメニューの「MYポイント」をクリ ックします



ログイン

バイタル登録

2

MYポイントのページが表示されます。 現在のポイント数は「現在所有ポイント」で確認 することができます。 ※各行動で獲得できるポイント数は、ポイント 付与メニューをご参照下さい。



# 21.ポイントをアイテムに交換する

アイテムの応募期間中に、貯めたポイント数に応じてお好きなアイテムと交換でできます。



Copyright©2020 MY HEALTH WEB All Rights Reserved.



# 22.行動計画・目標(MYミッション)を登録する





## 22.行動計画・目標(MYミッション)を登録する







# 23.行動計画・目標(MYミッション)を記録する

	ヘッダーメニューの「MYページ」をクリッ クします。
TO2 > MY2ッション       MY/(イクル       MYミッション       MYミッション記録       MYミッション ①	「MYミッション」をクリックし、「記録する」 をクリックします。
ZBibする           「ミッション」の成果を批加します。 ミッションが通知二泉で日は少(アジー)」にへのンくんの初がつきます。           ZBir5日:         2000 ● 目 1 ↓ 月 2 ↓ ↓ 日           こキャション10週点:         そできたつどもうを知いつてきなかった。           までがまい10歳1:         そできたつどもうを知いつてきれかった。           たまで時:         2000 申 には、利用日ののできりました。	「記録する日」と「ミッションの達成度」を選 択し、「記録する」をクリックします。 内容を確認し、正しければ「記録する」を クリックします。
医療費得報         健診镜與消報         健診镜與消報         健家情報 MY HEALTH CLUB	ミッションの記録を行うと、「MYダイア
ビウインした日は僕の定あとがつくよ!      「ミッション」の表示は→ ② 達成できた! ② どちらでもない ② 達成できなかった      範囲     2020年 11月     ズ内	リー」に達成度に応じたそれぞれのス テージカラーの「羽」が付きます。
Sun         Mon         Tue         Wed         Thu         Pri         Sat           1         2         3         4         5         6         7           8         9         10         11         2         13         14           15         16         17         18         19         20         21           24         25         26         27         28         29         20         21	



# 24.「MYダイアリー」の見方



## ヘッダーメニューの「MYページ」をクリッ クします。

「MYダイアリー」をクリックします。

ダイアリー						
MYダイアリー	では、MY HEALTH W	/EBのログイン状況・	やMYミッションの違	11成状況を確認するこ	ことができます。	
<b>₩</b> ¤7	インした日は僕の足ま 「ミッション」の	5とがつくよ! 表示は→ 🥢 違	或できた! ) どち	5でもない 🥢 達	成できなかった	
前月			2020年 11月			次月
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11		13	14
15			18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

「MYダイアリー」は、ログインやミッション 達成の記録がされるページです。 ①**ヘロンくんの足あと** 

ログインした日にはヘロンくんの足 あとがつきます。 ②ヘロンくんの羽 「MYミッション」を記録すると、達 成度に応じた各ステージカラーの羽 がつきます。





# 25.「MYバイタル」を確認する・記録する



2020-11-19のパイク外容弱に成功しました。 - 1999 - 2020-088								
2020年11月	~							
年月	お取(	(81)	移動距離(平均)	エクササイズ (平均		(平均)	上がった階駅(平均)	
2020年11月	40	500	-	30	689	20分	-	
日付	多数	5.8	エクササイズ	睡眠時間	階級	修正	2010	
2020-11-24	6500		30	6時間0分		柳正	100	
2020-11-19	10000					尊正	RBk	
2020-11-18	8000					尊正	1993	
2020-11-16	9000					尊正	1600	
2020-11-13	7000					462	80	

ヘッダーメニューの「MYページ」をクリック します。

「MYバイタル」をクリックし、 「バイタル記録」をクリックします。

このページでは、BMI・体重・血圧・歩数を 確認・記録することができます。 それぞれの数値を入力し、「記録する」を クリックすると、グラフに反映されます。

Copyright©2020 MY HEALTH WEB All Rights Reserved.



# 26.「健康情報」を確認する





# 27.MYメールの利用方法

	HEALTH	フランスペッドグループ健康	R狭组合 A 4832	CMTTC17% 07721
		MON.	125 P HYX-JU MYK-	-5 2108809 2488889
医液疹	を清朝 イ	健診檢果情報	~ 健康性	観 MY HEALTH CLUB
<sup>MYページ</sup> MYメール				
$\underline{\text{TOP}} > MY \mathcal{A} + \mathcal{I}_{\mathcal{L}}$				
MYバイタル	MYミッション	MYダイアリー	MYがイント	MYX-JL
			<b>オ</b> がついているメ	ールは遊信が必要です。
【未読】 ポイント自	動付与時			2020/05/26
ポイント自動付与時				2020/05/26
【未読】 ポイント目	動付与時			2020/05/26
(MYXR-C>1-1 Am	nazon ギフト券番号のお	N3t		2020/03/23
[#80] [MYST-PC	ント】Amezon ギフト券	動号のお知らせ		2020/03/23
(MYH-r>H) IO	QUOカードPay」発送のお	6知らせ		2020/02/12
(MYOR-C>H1 TO	QUOカードPay」発送のa	6知らせ		2020/02/12
(พรสสว.6) ได	QUOカードPay」 発送のは	6知6世		2020/02/07
(MYRHON) TO	QUOカードPay」発送のA	5知らせ		2020/02/07
MY#42-FL FC	QUOカードPay」 宛道のは	8知6世		2020/01/28
		123456	>	



あなたへのお知らせメールは、MYメールに
受信されます。
MYページ内「MYメール」にあなたが受信し
たメールが表示されます。メールのタイトル
をクリックすると、詳細内容が表示されます。
また「MYメールー覧」をクリックすると、今ま
でに受信したメールを確認することができま
す。

*	メール受信のご確認	2020/01/10	
	[MYポイント] Amazon ギフト券番号のお知らせ	2020/01/23	
	【MYポイント】Amazon ギフト券番号のお知らせ	2020/01/23	



 MYパイタル
 MYミッション
 MYダイアリー
 MYポイント
 MYメール
 ストレスチェック

 2020年度 健康診断申込状況のご確認

 2020.11.24

 遊信内容

 送信

 以名・レー覧へ戻る

✓ このマークが表示されているメー ルは、返信が必要です。メールのタイト ルをクリックすると内容が表示されます。

返信が必要なメールには、「メール返信 フォーム」が表示されます。 必要事項を記入し、送信ボタンを押して ください。