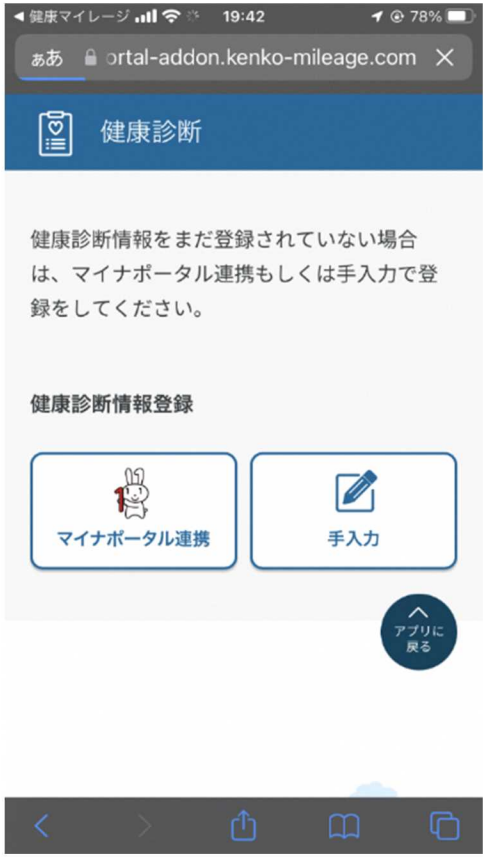
健康診断情報登録

データ入力をタップし、ページ下段の「健康診断」をタップします

手入力する方法または、
マイナポータルから
健診データを取得する方法があります

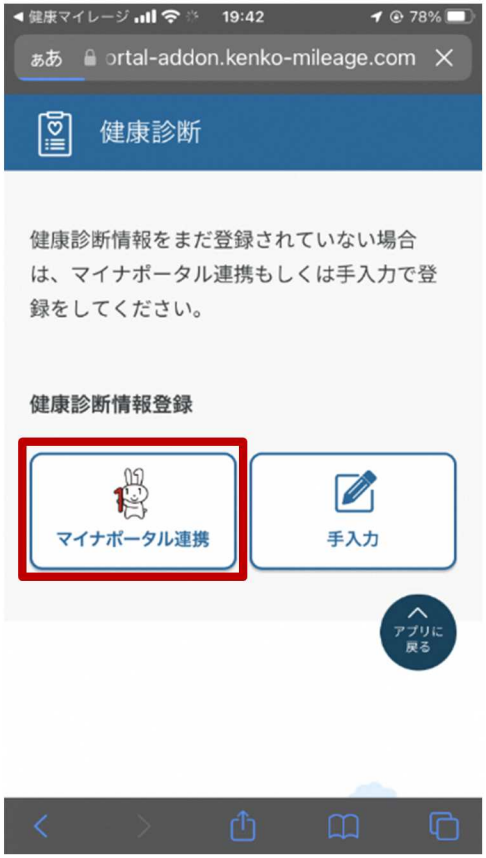


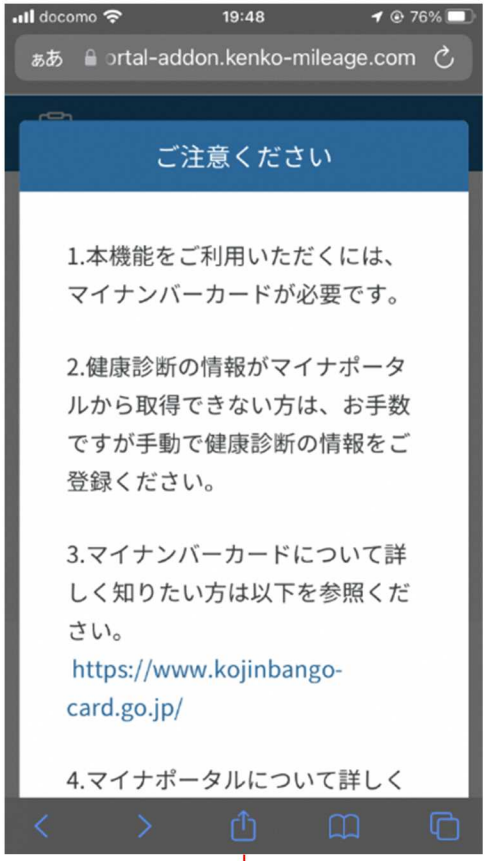
※ご加入の健康保険組合によっては、マイナポータルから健診データを取得できない可能性があります
ご加入の健康保険組合がマイナポータルと連携していれば、本アプリで取得が可能です

©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

健康診断画面からマイナポータル連携する場合は「マイナンバーカード」が必要です。

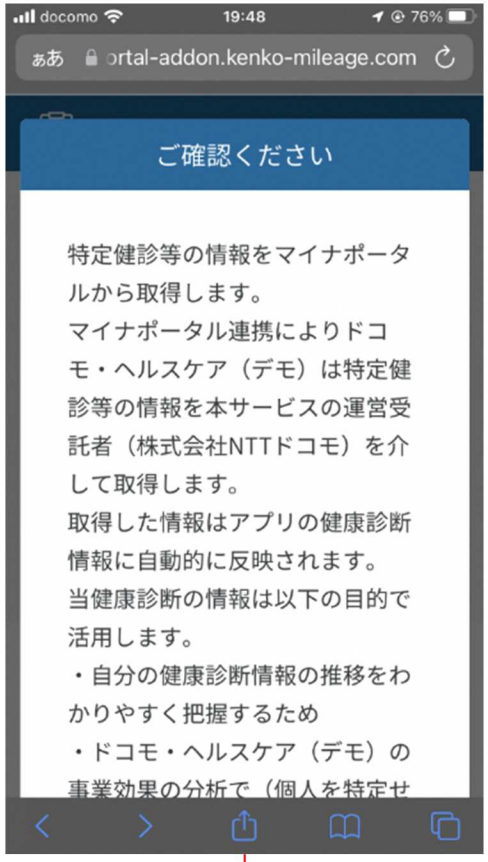
健康診断画面からマイナポータル連携をタップします。

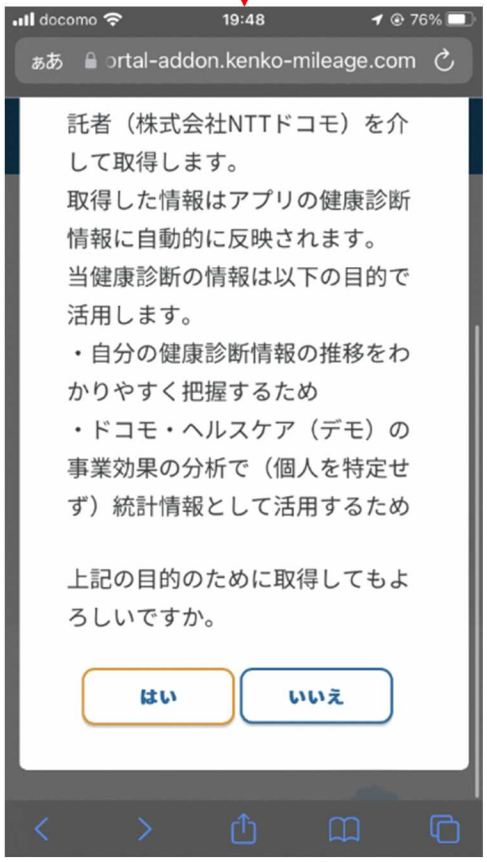


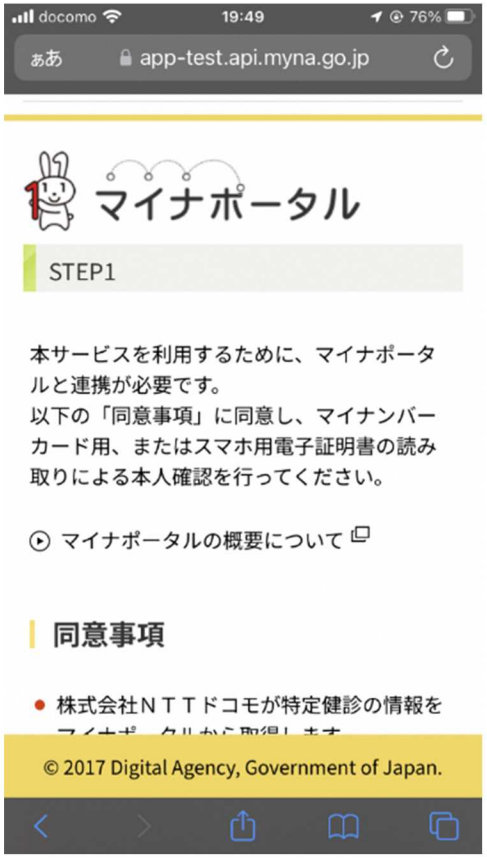


©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

健康診断情報登録　マイナポータル連携②

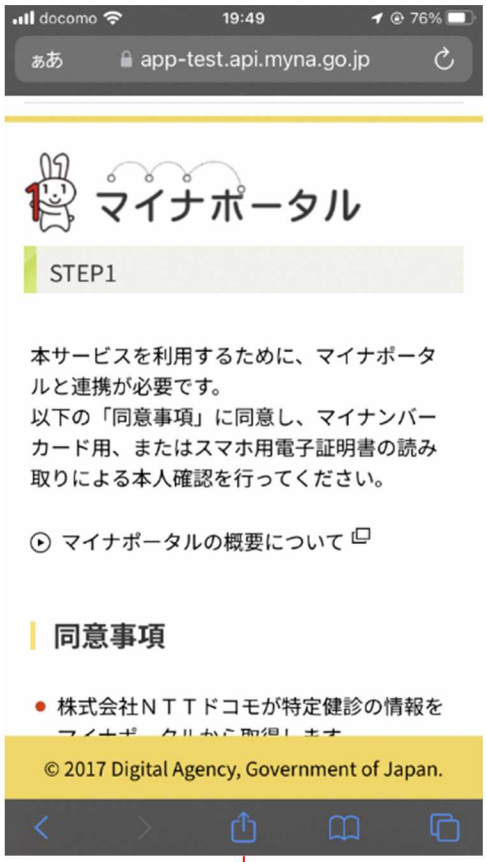


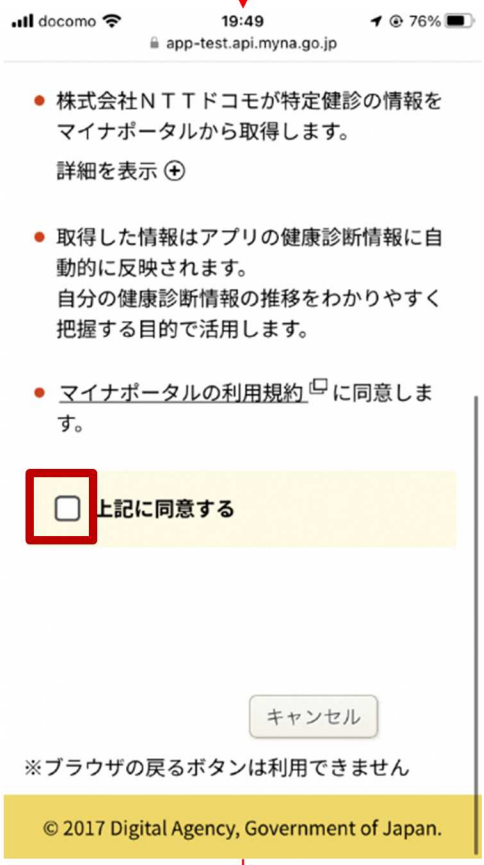


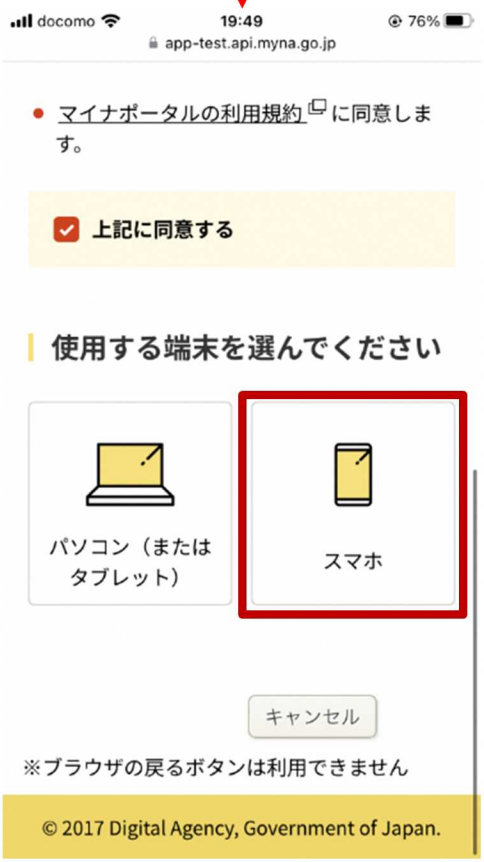


©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

健康診断情報登録　マイナポータル連携③



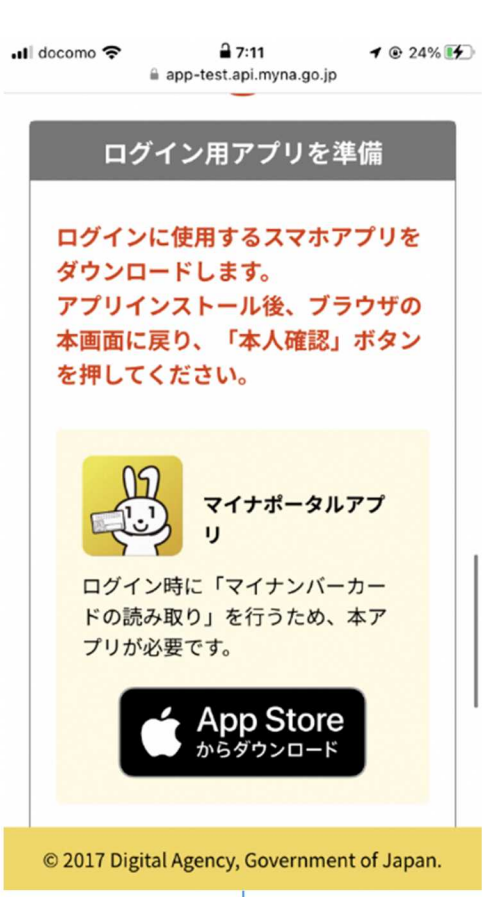




©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

マイナポータルアプリがまだスマートフォンに入っていない場合は、ダウンロードします。

©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.



©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

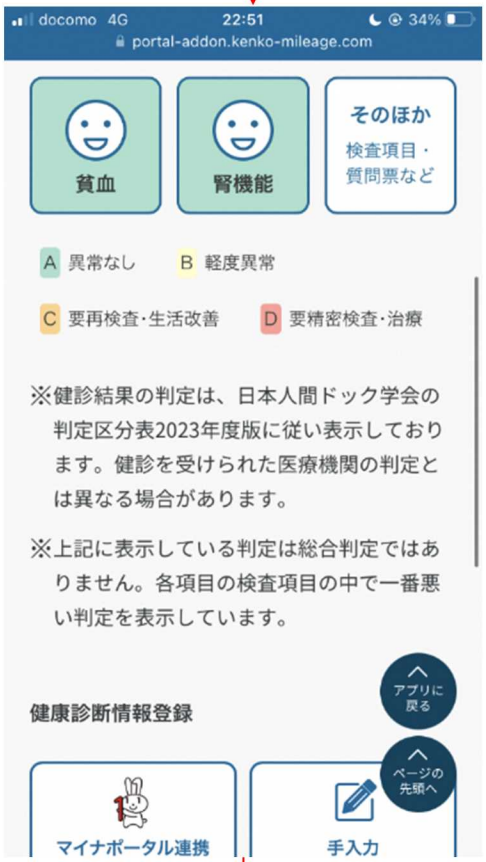
マイナンバーカードをご用意の上、スマートフォンで読み取りを行います

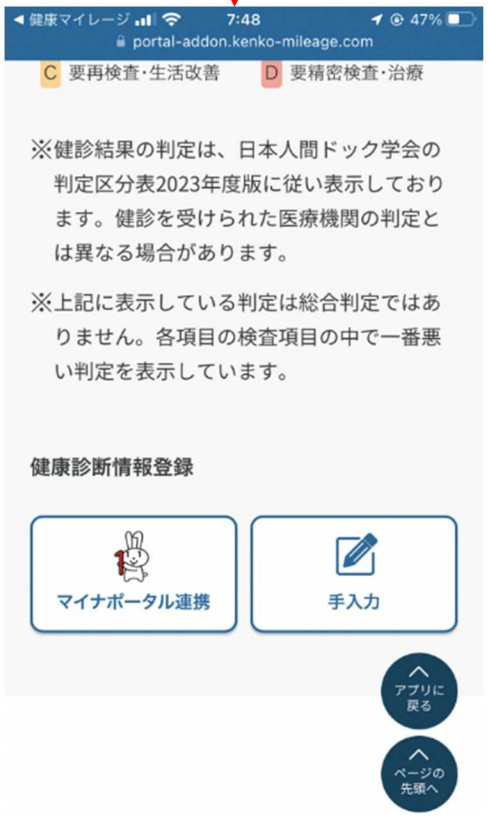
©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

健康診断情報登録　結果表示

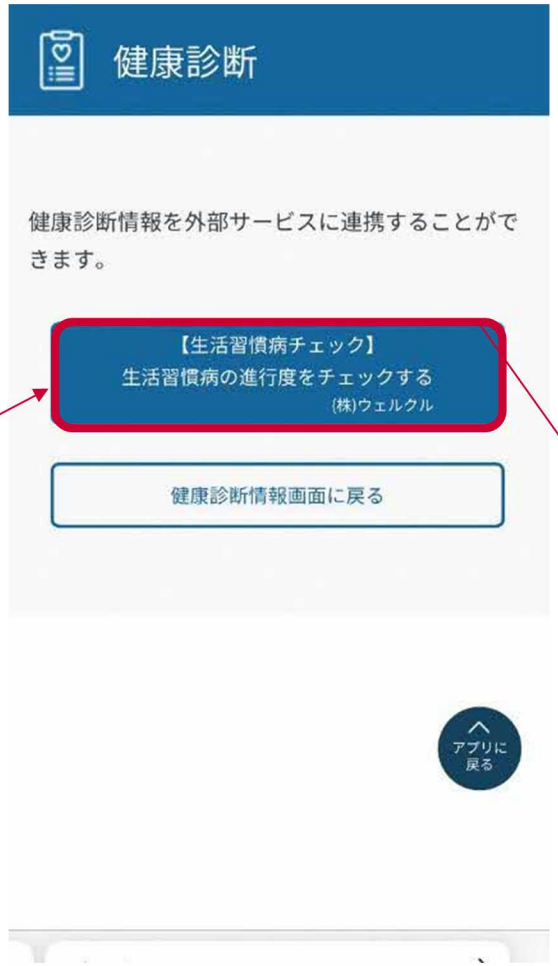
手入力（またはマイナポータル連携）した健診データ結果をもとに、イラストにて個人の状態を表示します。

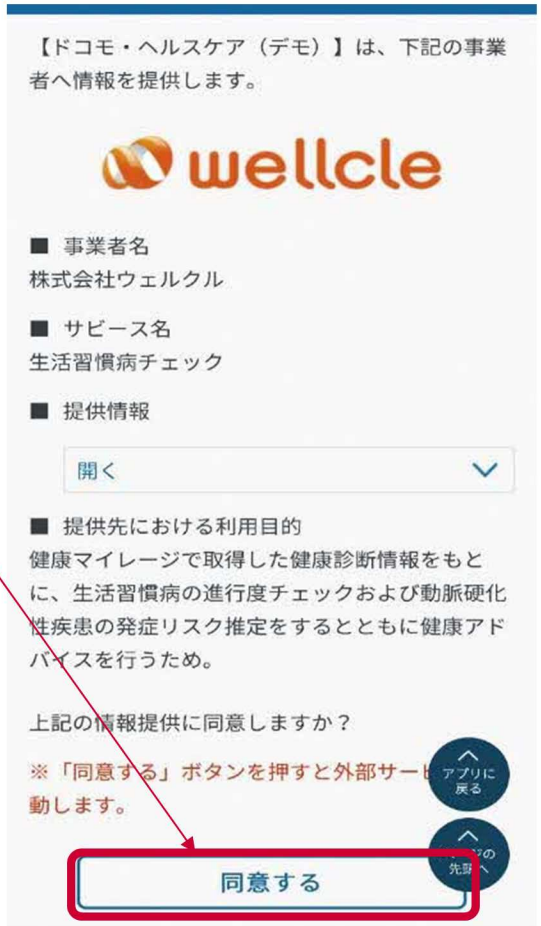




©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

生活習慣病の進行度チェック





生活習慣病チェックへ

©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

生活習慣病チェック（ウェルクルサービス）

生活習慣病の進行度チェック（構造図）ページへリンク

動脈硬化性疾患発症リスクページへリンク

健診結果とアドバイスのページへリンク

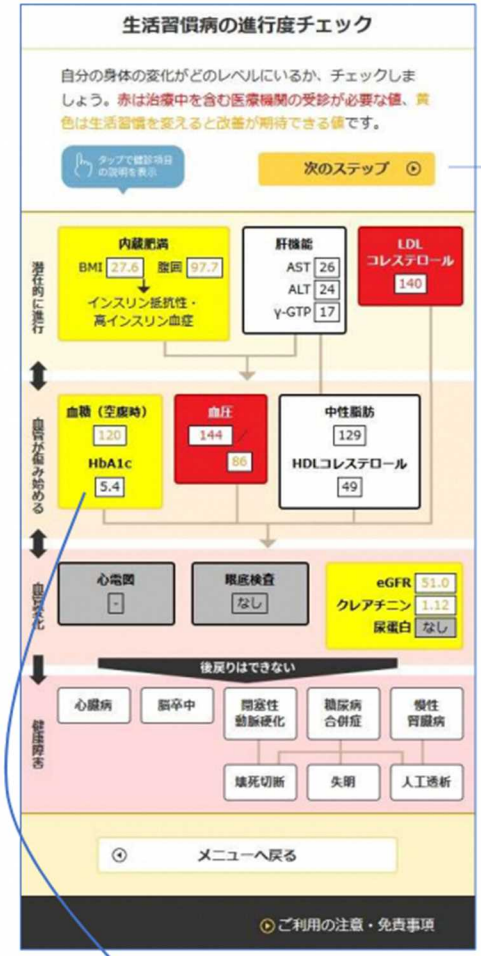
ご利用の注意・免責事項のページへリンク

©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

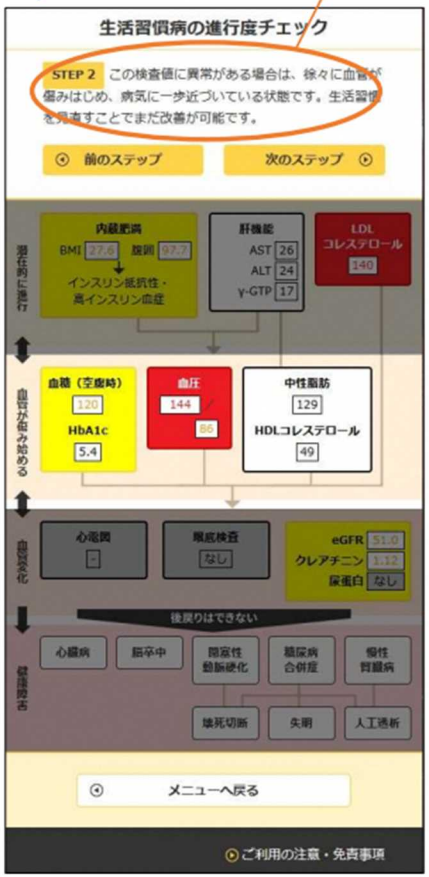
生活習慣病チェック　構造図

<生活習慣病の進行度チェック>

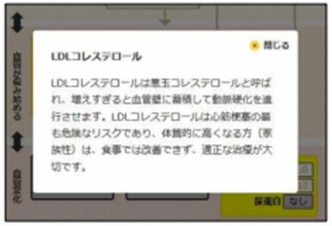
生活習慣病の構造図を表示します。



「次のステップ」ボタンを押すことで、STEP1～4の順に構造図における各段階の説明を表示。



項目をタップすることで解説をポップアップ表示



©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

動脈硬性疾患発症リスク

上部に対象外となる方を明示

リスク判定表示

それぞれリスク段階に
応じ白・黄・赤表示

発症確率表示

下部に説明文

動脈硬化性疾患予防ガイドライン 2022 に基づき、発症リスク及び確率を表示します。

対象年齢は 40～79 歳です。また、健診データからリスク判定の対象外であると推定される場合、計算できません

©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.

健診結果とアドバイス

あなたの健診結果について

腎機能がやや低下しています。

肥満に血糖検査値、血圧値、脂質検査値の異常が重なっています。

合併症予防のためには、適切な値を維持することが大切です。すでに治療中であっても、値が高いままだと合併症を起こす可能性が高くなります。目標値は年齢や異常の重なりなどによって異なります。自分の値を確認しましょう。

医療機関への受診をお勧めします。
肥満や喫煙、検査値の異常が複数重なっている場合は、早めの受診が必要です。
すでに治療中の方は、主治医にご相談ください。

腎臓は血液から、不要になった老廃物を濾し取る働きをします。腎臓の働きが低下すると、老廃物（尿酸、クレアチニン等）が排泄されず血液中に多くなったり、逆に尿中に大切な蛋白質が漏れたりします。体の水分の調整をしています。
高血糖や高血圧、脂質異常、高尿酸、結石や加齢など様々な原因で腎臓を痛めます。

脂肪細胞は、エネルギーを貯える倉庫ですが、細胞が大きくなり過ぎると血糖、血圧、脂質異常等を起こす物質（サイトカイン）を分泌します。
糖は体のエネルギー源で大切な物質ですが、血液中に多ぎると、赤血球や白血球など大切な物質とくっついて正常な働き阻害します。
また、高くなった血糖そのものが膵臓や腎臓、神経、膵臓を傷めます（糖毒性）。
血圧は血管の壁を押す圧力ですが、圧力が強いと血管が傷ついたり、瘤（こぶ）ができ動脈硬化へと進みます。
脂質異常があると、血管に瘤（こぶ）ができやすくなり、さらに動脈硬化が進みます。
血糖、血圧、脂質異常の改善のためには、内臓脂肪を減らすことが近道です。

このプログラムについて

このプログラムは、検査データを元に、医学的エビデンスに基づいた一般的な解説とアドバイスを行います。ご自分の健診結果を理解し、改善するための参考としてください。

なお、健診データに不足がある場合は、判別できないため十分な解説とアドバイスが表示されない場合があります。

健診結果とアドバイスのコメント及びそのロジックについては、順天堂大学の福田洋先生の監修を頂いています。

©2023 DOCOMO, INC. ALL Rights Reserved.