

MY HEALTH WALKING で楽しく健康増進！

(マイヘルスウォーキング)

ご利用方法

※ 専用歩数計 (YAMASA TH-850) またはスマートフォンが必要になります。

個人向け健康ポータルサイト
MY HEALTH WEB
日立健康保険組合

クンボ マサミ様
各種設定 | お問い合わせ | ログアウト

MYページ | ご利用案内 | MYデータ | MYポイント | MYバイタル | 健康情報 | 健康相談

MYページ

2017年6月までに体重を55kgに減らす
目標体重 : 55kg
現在体重 : 60kg
BMI : 20

プロフィール設定
MYポイント
3,175 ポイント
アイテムと交換する
禁煙コンテスト

HEALTH UP! MY HEALTH WALKING

スマホ 歩数計登録
ウォーキングに初めて参加する人はコチラをクリック!!
スマホや歩数計を使ってウォークラリーを楽しむ

MY HEALTH WALKINGを初めて利用する方は、まずはこちらをクリックしてね!

あなたの健診結果が更新されました。基準値を超えている項目があります。

新着情報

スマートフォンを利用する場合



専用のアプリ
(MY HEALTH WEBアプリ)を
インストールする ※

利用デバイスの設定をおこなう ※

専用歩数計を利用する場合

MY HEALTH WEBの
「スマホ 歩数計登録」メニューから
専用歩数計を申し込む ※
(注1) お申込みから7～15日間でお届けします。
(注2) 歩数計1個につき1,000円(振込手数料込み)
をご負担いただきます。

歩数登録ソフトをインストールして、
認証コードを登録 ※

MY HEALTH WALKING をスタートしましょう!

※ 詳細はMY HEALTH WEBをご参照ください。



MY HEALTH WALKING (マイヘルスウォーキング)
MY HEALTH WEB (マイヘルスウェブ) に関するお問い合わせ先
TEL : 03-5213-4467 (9時～17時 土・日・祝日を除く)

機能紹介

ようこそ 歩くの大好き! さん | ニックネーム、目標変更 | ログアウト |

MY HEALTH WALKING
日立健康保険組合

HOME | MY HEALTH WALKINGって? | 健康コラム | よくある質問

「日立100年の歩みコース」では、楽しく日立の歴史が学べるよ!

start!

1910年 日立登山にて創業

MYバージョンアップ宣言
1日10,000歩!

歩くの大好き! さんの記録

総歩数 335,367歩
平均歩数 8,825歩
ゴールまで 44,633歩
マップ開始日: 2017/4/3
マップ: ハワイ島

ランキング 2828位
もらっ! イイね! 38回

日記をつける | マップを見る

お知らせ
お知らせ

総歩数、平均歩数別のランキングを確認することができます。
ランキングには「年代別ランキング」や「平日/休日ランキング」もあります。

4種類の中から選択したマップが表示され、マップ上の現在地が分かります。
また、チェックポイント(名所等)に到達すると各名所のコメントを読むことができます。

その日の行動や感想をウェブ上に残すことができます。
「公開」にチェックを入れると、他の参加者に読んでもらい、「イイね!」をもらえるかも!?

ライバル登録をすると、登録したライバルのマップ上の位置や歩数など、ライバルの状況を確認することができます。

ランキングを見る
ライバル登録追加

ご存じですか?

MY HEALTH WEBを利用して貯まったポイントはお好みのアイテムと交換することができます。
※ ポイント付与の対象は被保険者のみにになります。
※ アイテムとの交換は1,000ポイント単位になります。

詳細はMY HEALTH WEBをご参照ください。

