

# 健康サポート通信 VOL.2

公立学校共済組合愛知支部



公立学校共済組合愛知支部組合員の皆様に当支部が実施する健康管理事業の耳より情報をお届けします！

## 健康管理サポートトピックス



### トピックス①

### 利用者の声

2020年8月より開設した健康サポートサイトについて、利用者の方より感想をいただきました！

自分の生活習慣を見直す  
いいきっかけになりました



健康を意識し、よく歩くよう  
になり、毎日の歩数を確認  
するのが楽しみです



健康にもなれて、ポイント  
で商品ももらえてWでお  
得です！



### トピックス②

### 歩数アプリのご紹介



健康ポイントの専用アプリをご利用いただくと、歩数が自動で連動されてポイントが付与され便利です。

#### 利用方法

- 健康ポータルにログインし、その後、健康ポイントサイトへ遷移し、マイページをクリック。マイページの利用者設定から「アプリ利用コード」を取得し、アプリコードをメモしてください。



- 専用の「ハビルスアプリ」をダウンロード(無料)。

↓下記マークが目印

iPhone 利用の方は「App Store」

Android 利用の方は「Google Play」



- アプリを起動し「アプリ利用コード」を入力しログイン。



①で、マイページの利用者設定画面から取得した、「アプリ利用コード」を入力してください。  
※スマホの方は貼り付け可。

スマホで記録した「歩数」は、健康ポイントサイトへ反映させる設定が必要です。設定方法はWEBサイトのマニュアルをご確認ください。

タップするとハビルス健康ポイントWEBサイトへ遷移し、残ポイントの確認や商品交換ができます。



保有ポイントの確認はココ！



10日に1度はアプリを起動して歩数情報を連動させよう！

当日の日付と、歩数が更新された時間、目標達成までの歩数が表示されます。

当日の歩数が表示されます。

タップするとお知らせ一覧画面が表示されます。

※Androidの場合は、GoogleFitのインストールが必要です。歩数は、Fit→ハビルスアプリ→ポータルの順に反映されます。

## 特定保健指導トピックス

学校訪問型保健指導が始まっています！

メリット①

自分ではなかなかできない生活習慣の見直し、改善が専門スタッフ(保健師等)指導のもとなんと**無料**で受けられます!!

メリット②

疾病リスクの **放置** → 将来の高額な医療費負担と病気療養のリスク増大  
**解消** → **元気で豊かな老後の生活**

メリット③

組合員が保健指導を受けると**健康ポイント500ポイント獲得** → **好きな商品と交換!**  
対象となる被扶養者が特定健診を受診すると**健康ポイント800ポイント獲得**

40歳以上の方で生活習慣改善により疾病リスクの解消が見込まれる方を対象にご案内しています!

