

MY HEALTH WEB

マイヘルスウェブ

ご利用案内

個人専用ページで
楽しく健康づくり!

スマホ
対応



公式キャラクター
「ヘロンくん」

- 01 健診結果情報をいつでもどこでもチェック! (PC・スマホ・タブレット対応)
- 02 ジェネリック医薬品情報などを簡単チェック!
- 03 BMI・体重・血圧・歩数などあなたの数値を簡単記録管理!

操作方法など
のお問合せ先

「MY HEALTH WEB」ヘルプデスク TEL:03-5213-4467 9:00~17:00 土日祝日除く

※お問い合わせの際は、出版健康保険組合の被保険者記号番号をお伝えください。
※当事業は株式会社法研に委託しています。株式会社法研は「プライバシーマーク」使用の許諾事業者として認定されています。



MY HEALTH WEB ご利用時のご注意

- 推奨環境** MY HEALTH WEBは、パソコン・スマートフォン・タブレットからご利用いただけます。ご利用の際は、右記の推奨環境をご覧ください。
- 利用規約** MY HEALTH WEBの利用内容・ご利用にあたっての禁止事項など利用条件を定めたものです。利用規約はサイト内にありますので内容をご確認ください。
- 個人情報の取り扱い** 被保険者等の個人情報の取り扱いについては、当健保の個人情報保護管理規定に基づき、ホームページに公表しているほか、MY HEALTH WEBサイト内にプライバシーポリシー(個人情報保護に関する基本方針)を掲載しています。

本文中に記載されている会社名、製品名等は、各社の登録商標または商標です。
本文中ではTM、®マーク等は明記していません。

※Apple、Appleロゴ、iPad、iPhone、Safariは、米国及び他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。 ※iPhone商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。 ※App Storeは、Apple Inc.のサービスマークです。

※Google、Android、Google Chrome、Google Playは、Google Inc.の商標です。 ※Google PlayおよびGoogle Playロゴは、Googleの商標です。 ※Windows、Windows Edge、Internet Explorerは、米国Microsoft Corporationの米国及びその他の国における登録商標です。 ※Windowsの正式名称は、Microsoft Windows Operating Systemです。

※Amazon、Amazon.co.jpおよびそれらのロゴはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。

	オペレーティングシステム(OS)	ウェブブラウザ
パソコン	Windows10以降	・Microsoft Edge 最新版 ・Google Chrome 最新版
	Mac OS 10.14 以降	Safari最新版
スマートフォン タブレット	iOS13 以降	各OSで標準搭載されているブラウザ
	Android OS 9 以降	

MY HEALTH WEB 初回登録利用ガイド (PC)

STEP
01

アクセス

- ① URL「<https://phia.mhweb.jp/>」からアクセス



STEP
02

初回登録



- ② MY HEALTH WEBのログイン画面を表示させたら、「初回登録の方はこちら」をクリック



- ③ 初回登録画面の案内に従って、必要事項を入力
※ログインIDとパスワードは一世帯につき1つずつ発行されます。

- ④ 入力後、「送信する」をクリック

ご登録されるメールアドレスへ、本登録手続きメールをお送りします。
携帯電話・スマートフォンのメールアドレスでご登録される場合は、下記ドメインが受信できるよう設定をお願いします。

✉ **【 @mhweb.jp 】**
【 @mhweb-entry.jp 】
【 @mhweb-info.jp 】

※iPhoneやAndroidなどのスマートフォンからはご利用いただけますが、携帯電話でのアクセスには対応しておりませんので、携帯メールアドレスでの登録はお奨めできません。

- ⑤ 届いたメールのURLにアクセスし、新しいパスワードを設定の上、本登録を完了させる



STEP
03

ログイン

- ⑥ MY HEALTH WEBのログイン画面を表示させ、ログインIDと新しいパスワードでログイン

※パスワードは後で変更することが可能です。



以上で完了です。
MY HEALTH WEBをご活用ください。



スマートフォン専用アプリ初期設定方法

STEP
01

MY HEALTH WEBアプリをダウンロード

- ① QRコードで検索する場合は下記をスキャン、手動で検索する場合は「AppStore」または「GooglePlay」内で「マイヘルスウェブアプリ」を検索



STEP
02

初回設定 ※ご利用する端末ごと登録が必要です。



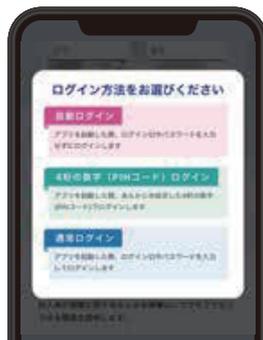
- ② ダウンロード後、保険者番号を入力し、「送信」

出版健康保険組合は
「06131551」
または
「06273569」



- ④ 「はい」を選択

「いいえ」の場合、初回登録画面へ移行いたしますので、左ページの【STEP02 初回登録】②～④を行ってください。その後、アプリを起動し、「かんたんログイン設定はこちら」を選択。【STEP02 初回設定】③～⑤を行ってください。



- ③ ログイン方法を選択

自動ログイン
設定すると、アプリを起動した際、ログインIDやパスワードを入力しなくても、ログインすることが可能となります。
※後で設定解除可能

4桁の数字 (PINコード) ログイン
アプリを起動した際、あらかじめ設定した4桁の数字 (PINコード) でログインすることが可能となります。

通常ログイン
アプリを起動した際、ログインIDやパスワードを入力してログインします。



- ⑤ ログインID、パスワードを入力して「次へ」を選択

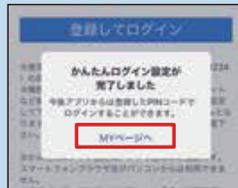
歩数アプリと連携!

歩数計測の機能がついているスマートフォンでは、計測された歩数の連携ができます。
※初回はヘルスケアデータの取得に時間がかかる場合があります。

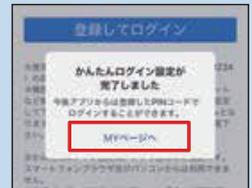
iPhoneアプリ 「ヘルスケア」

Androidアプリ 「Google Fit」

- ① 「かんたんログイン設定」後、「登録してログイン」をタップ。その後設定完了のダイアログが表示されますので、「MYページへ」をタップします。



- ① 「かんたんログイン設定」後、「登録してログイン」をタップ。その後設定完了のダイアログが表示されますので、「MYページへ」をタップします。



- ② 自動的に「ヘルスケア」アプリが起動します。「すべてのカテゴリをオン」をタップし、「許可」をタップします。



- ② アカウント選択のダイアログが表示されますので「Google Fit」アプリで設定したアカウントを選択します。



- ③ 位置情報とセンサーデータへのアクセスを「許可」します。
※位置情報+センサーデータは、移動距離を取得するために必要となります。



完了! 「ヘルスケア」アプリとのアプリ連携設定が完了し、自動的にヘルスケアデータの取得を行います。

完了! 「Google Fit」アプリとのアプリ連携設定が完了し、自動的にデータ取得を行います。

