

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!

PC版

スマホ
対応



公式キャラクター
「ヘロンくん」

- 最新の健康情報を毎日配信!
- 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)
- BMI・体重・血圧・歩数などあなたの数値を簡単記録管理!
- 医療費情報などを簡単チェック!

操作方法などの
お問合せ先

MY HEALTH WEBヘルプデスク ☎ 03-5213-4467

平日9:00~17:00

お問合せの際は「出版健康保険組合」「被保険者証記号番号」をお伝えください。

MY HEALTH WEBで出来ること

健康情報

日常に役立つ健康情報や
ライフスタイル情報を毎日配信します。

機関誌「すこやか」を配信いたします。



健診情報

健診結果だけでなく、生活習慣病のリスク判定や、生活改善アドバイス情報も確認できます。

健診結果表

健康状況: 健診結果 | アドバイスコメント | 改善アドバイス

健康診断結果表

検査項目	2024.04.17		基準値	単位
	上層値	下層値		
身体計測	身長	175.4	-	cm
	体重	53.2	-	kg
	BMI	21.6	24.9	18.5
血圧	収縮(平均)	79.4	94.0	cmHg
	収縮(最高)	109	129	0
	収縮(最低)	109	129	0
血糖	空腹血糖	73	94	0
	空腹血糖	77	94	0
	糖化HbA1c	5.1	6.7	-
脂質	総コレステロール	171	220	mg/dL
	LDLコレステロール	99	130	mg/dL
	HDLコレステロール	42	50	mg/dL
腎臓	血清クレアチニン	0.7	1.3	mg/dL
	eGFR (MDRD)	94	60	ml/min/1.73m ²
	eGFR (CKD-EPI)	94	60	ml/min/1.73m ²
尿検査	尿糖	-	-	-
	尿蛋白	-	-	-
	尿潜血	-	-	-

生活習慣の改善が必要です!

生活改善を始めましょう!

特定保健指導「動機付け支援レベル」の判定基準

判定基準	判定結果	判定理由
1. BMI	21.6	21.6 < 25.0
2. 血圧	79.4 / 109	79.4 < 130, 109 < 85
3. 血糖	73	73 < 100
4. 脂質	171	171 < 220
5. 腎臓	94	94 > 60

メタリックシンドロームに該当する。生活習慣病の発症の予は多く見られる。

MY バイタル

健康活動サポート機能

「体重」「血圧」「歩数」を毎日記録することができます。記録した数値はグラフ化されるので、健康管理に役立ちます。



※ 歩数アプリと連携 iPhone「ヘルスケア」/ Android「Google Fit」

医療費情報

医療費明細を簡単にチェック出来ます。

医療費明細

医療費明細検索

検索結果: 1件

検索条件: 2024年12月

検索結果: 1件

項目	金額	支払額	自己負担額	自己負担割合	自己負担上限額	自己負担超過額
医療費	15,810	15,827	0	0%	4,683	0