

契約者さま等向けプレミアムメニュー の主な機能



My 健診 アドバイス



健康診断結果から「自分のカラダ」を知る

提供：株式会社JMD・ネオファースト生命保険株式会社・
キヤノンマーケティングジャパン株式会社

- 健康診断結果にスマートフォンのカメラをかざすと、自動的にデータを読み取り、健康年齢(注)と健康タイプを表示。
- 健康状態に応じて、改善指標とアドバイスなどを提供します。

疾病リスク チェック



将来の病気の可能性を知る

ロジック提供：国立がん研究センター・国立国際医療研究センター

- 質問の回答に応じて、5つの疾病リスクを算出します。
- 同じ年齢・性別の人のリスク範囲と比較した、自身の病気発症リスクが簡単にわかります。

My レシピ



健康的でおいしい食生活をサポート

提供 [レシピ]：株式会社タニタ・株式会社リンクアンドコミュニケーション
提供 [動画レシピ]：株式会社FiNC Technologies

- 1 定食あたり500kcal前後で塩分も3g以下と控えめなレシピや、6つの改善コースにあわせて栄養士・管理栄養士が監修した動画レシピなど、食生活をサポートする多彩なレシピを提供します。

My カロリー チェック

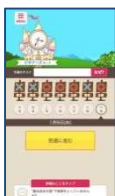


摂取カロリーが手軽にわかる

提供：ソニーネットワークコミュニケーションズ株式会社

- スマートフォンのカメラで食事を撮影するだけで、手軽に摂取カロリーと栄養素の目安を算出します。
- 健康指標に応じて食事内容や栄養バランスに対するアドバイスを提供します。

My リズム



食事・運動・睡眠の正しいサイクルをサポート

提供：ドコモ・ヘルスケア株式会社

- 生活時間や体調に応じて、食事・運動・睡眠などから一人ひとりにあわせた取り組みやすい生活改善メニューを提供します。
- 適切なタイミングでメニューに取り組むことで、代謝が正常化し、健康増進効果が向上します。

運動記録 の管理



日々の運動を記録

提供：株式会社かんぽ生命保険

- ランニング・サイクリング・水泳・筋トレ・ヨガなど、日々の運動を「すこやかんぼ」に記録することで、運動状況の一元的な管理が可能です。
- 記録した運動状況とあわせて、体重やBMIの変動も確認することが可能です。

抽せん・ クーポン



コンビニ等クーポンを抽せんでプレゼント

提供：株式会社電通・株式会社ギフティ・株式会社MDパートナーズ

- 今まで提供していた“毎週1回、応募できる抽せん（目標歩数の達成回数に応じて抽せん確率が上昇）”に加えて、プレミアムメニューのご利用者限定で“毎月1回、応募できる抽せん（健康づくりタスクの達成状況により抽せん確率上昇）”を提供します。

その他

他にも健康づくりをサポートする機能が満載

- My コラム → ヘルスケアについて話題性の高いコラムを配信します。
- 電話相談サービス → 健康等に関する相談に専門スタッフが無料で対応します。
- Face AI → 年齢の経過等による顔の変化をシミュレーションします。

Myコラム提供：株式会社NHK出版・株式会社からだにいいこと

電話相談サービス提供：株式会社かんぽ生命保険・株式会社クリエイティブソリューションズ

FaceAI提供：ModiFace Inc.・Tec Power Inc.／飲酒・喫煙シミュレーション監修：京都大学健康科学センター教授 石見 拓

(注)「健康年齢」は株式会社JMDの登録商標です。

一次予防コース

1

プレミアムメニューの利用開始時に、6つのコースから気になるポイントを任意で選択いただき、その項目の改善を図る健康改善プログラムを提供します。また、My 健診アドバイスや疾病リスクチェックをご利用いただいた結果を参考に、選択コースを変更していただくこともできます。

6つのコースから気になるポイントを任意で選択。

健康維持

B M I 改善

選択 血圧改善

血糖改善

脂質改善

肝機能改善

【健診データ等によるコース選択】
My 健診アドバイス・疾病リスクチェックの結果をコースの参考にさせていただくことが可能です。



2

選択したコースに応じて、「カラダのリズム」、「学ぶ」、「食べる」、「歩く」の4つの観点から毎日取り組めるタスクが設定されます。タスクを毎日、繰り返しこなして、健康状態の改善を目指します。

タスク 1 : カラダのリズム



＜Myリズム＞

生活リズムをチェックして、食事・運動・休息の正しいサイクルを意識します。

タスク 2 : 学ぶ



＜Myコラム＞

選択コースにあわせて配信される健康コラムを読んで自身に合った健康知識を学び、意識を改善します。

繰り返す

タスク 4 : 歩く



＜歩数管理(スタンダードメニュー)＞

運動の基本となるウォーキングを続け、毎日の歩数目標を達成することで、運動習慣を意識します。

タスク 3 : 食べる



＜Myカロリーチェック、Myレシピ＞

選択したコースにあわせた効果の見込める動画レシピやカロリー・塩分に配慮されたレシピを確認し、日々の食事をチェックすることで健康的な食習慣を意識します。

健康改善

抽せん

「2」でこなしたタスクに応じてクローバーを1枚ずつ獲得でき、「三つ葉のクローバー(タスク3つクリア)」或いは「四つ葉のクローバー(タスク4つクリア)」とすることで、月1回の抽せん(プレミアムメニュー限定)に応募できます。



タスクをこなしてクローバーを集めて...



月1回の抽せんに挑戦!

二次予防コース

プレミアムメニューの利用開始時に「気にかけている病気」を選択されたご利用者さまには、生活習慣病の罹患を予防するための「二次予防コース」をご用意しております。ご利用者さまのご負担を鑑み、一次予防コースの4つのタスクのうち「歩く」に代えて「毎日続ける(アプリを起動する)」を設定し、「気にかけている病気」に応じたコラム、レシピ等を提供することで、お客さまの健康づくりを支えます。

プレミアムメニュー提供開始記念！ Wチャンスキャンペーン！



「すこやかんぼ」ウェルカムキャンペーン

すこやかコード は、お近くの郵便局の保険担当社員にお尋ねください。

**アプリを初めてダウンロード&利用設定（すこやかコードを入力）された方に
コンビニクーポンプレゼント！**



スマートフォン上で「すこやかんぼ」を初めてダウンロードいただいた方で、
「すこやかコード」をご入力いただいたお客さま全員にコンビニクーポンを
プレゼントします。

なお、「すこやかコード」はお近くの郵便局の保険担当社員にお尋ねください。

※本特典はお客さま1人1回限りです。 ※事情により、本特典の実施を中止する場合があります。

2019年6月末までの
期間限定！

アップグレードキャンペーン

**プレミアムメニューにアップグレードいただいたお客さま
かんぼくんキーホルダー or コンビニクーポンプレゼント！**



2019/4/14までにスタンダードメニューのご利用を開始いただいたお客さまで、
2019/6/30までにプレミアムメニューにアップグレードいただいたお客さま全員に
かんぼくんキーホルダーかコンビニクーポンをプレゼントします。

※アップグレードいただいた方に、後日メールでプレゼントのご案内をします。

※本特典はお客さま1人1回限りです。 ※事情により、本特典の実施を中止する場合があります。



かんぼ生命
企業キャラクター
かんぼくん



アプリの利用設定方法



まずは
ダウンロード!
無料!

iPhone



Android



まずはスタンダードメニューを設定!

続けてプレミアムメニューを設定!

スタンダードメニュー 利用設定方法



各項目を入力
・氏名(漢字・カナ)
・性別
・生年月日 等

「すこやかコード」を
入力して「次へ」を
タップ

歩数を連携する
端末*を選び
「次へ」をタップ
※ウェアラブル端末・
活動量計を含む

プレミアムメニュー 利用設定方法



入力内容を確認して
利用設定が完了!

START

