HDB(ヘルスデータバンク) 利用案内

健診結果の

閲覧、健康

管理機能



1. はじめに (HDBの機能)

院

IJ

P



グラフ等を使った、わかりやすい表示

)情報提供(検査値の意味、改善アドバイス)

) セルフチェック機能 (メンタルヘルス等)

1. はじめに (利用のしかた)

WEBで健

診予約した

●HDBの利用には、WEB登録が必要です。

• すぐ利用できます(ログインは、 4頁~)

・パ[°] スワート^{*}の再設定は、8頁~

WEB予約し・まずは「初回登録」を行ってください(13頁)

2-1. H D B 利用手順

①健保HPを開き、「健診予約・結果閲覧」をクリック



4



2-1. HDB利用手順

③「予約初期画面」で、画面右のアイコン(Health Data Bank)をクリック



2-1. HDB利用手順

④HDBの初期画面で、利用したいメニューを選んで利用する





2-2. HDB利用手順(PW再設定)

①パスワード再設定画面へジャンプ⇒○部分をクリックする

<u>្រ្</u> លី 🖓		診			こう お問い	合わせはこちら		
	河北新報健康	保険組合						
	健診申込専用べ	ージです。						
	ዾ アカウン	トをお持ちの方は	にちら	♥ 初めての方は3	56			
		7/8-10		サイトをごれ IDおよびパスパ	別用いただくための フードを登録します。			
	パスワード	CC/2201		初	回登録			
	パスワード	を入力してくださ	šι)					
		ログイン						
/	111211 710	170-6677		スマートフォン ご利用の方				
\leq	2	-////	1767716C 010		11 875098			
R	フ康診断の予約	申込受付は、株式会	社ベネフィット・ワンに参	毎年し、健診予約受付センタ	ターにて運営いたします			
	当サービス: 推奨環境以:	をご利用いただく際の 外でご利用される場合)推奨環境は以下のとおりで は、正しく表示できない場	す。 合があります。				
	 パソコン ブラウザ 	: Chrome 69.0以降	 スマートフォン OS : iOS 10.0 ブラウザ : Safari 10 	以陰、Android 6.0以降 0以降、Chrome 69.0以降				
● ਤੋਂ 3点	登録(記を)	,, のメ- 入力	ールア →【〕	ドレス 送信す	、 る】 ?	を押つ	5	
●ੋਤੋ 3点	登録(京を)	カメ- 入力	ールア →【〕	ドレス 送信す	ব) ব	を押つ	5	
● ਤੋਂ 3 ?\?		ル のメ- 、 、 力	ールア →【	ドレス 送信す	、 る】 マ	を押つ	-	
● ኟ 3点 \$\\ <u>\</u> \\ <u>\</u> \\		のメ- した - ドの再設定	ールア → 【う	ドレス 送信す	ର ସ	を押つ	F	
● ਤੋਂ 3 년 ^{1-ザ-100}		のメ- 人力 -Fonm設定 ユー	-ルア → 【3	ドレス 送信す	3] 7 **	を押つ	F	
● 3 3 <u>3</u> <u>3</u> <u>-</u> <u>5</u> <u>1</u> - <u>5</u> - - - 5 - - 5 - - - 5 - - -		のメ- 人力 ドの再設定 ドの再設定	ールア → 【5	ドレス 送信す	る】 そ **	を押 7		
€ € 3, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1,		のメ- 人力 -Fon雨設定 Lats. 1	ールア → 【j	ドレス 送信す	る】 そ ^{***}	を押 ^つ		
● 玄 3 点 <u>3 点</u> <u>1-ザ-IDの</u> に本人石 25時(4)		のメ- 入力 -ドの再設定 ユー します。 電 (三気64年/1927	-ルア → 【〕 ^{∀-100488}	ドレス 送信す	る】 7 ^{#7}	を押つ		
		ードの再設定 ードの再設定 します。 ************************************	-ルア → 【〕 ^{ダ-DOME®} ^{↓-DOME®}	ドレス 送信す	5] 7	を押つ		
● 至 3点 3点 2ザ-1000 におれて 25503 2550 2550		ードの再設定 ードの再設定 します。 コー します。 コー します。 コー します。 コー します。 コー します。	−ルア → 【う ^{∀−1D0ABE} 6 6 8 8 Abut <kêtu< p=""></kêtu<>	ドレス 送信す	₹ 3] ₹	を押 7		

③新しいパスワードを設定してください

ユーザーIDの確認・パスワードの再設定
ご本人雑誌 ユーザー10の雑誌 パロワードの周辺定 売了
新しいパスワードを設定してください。
新しいパスワード 「ハビルスID」と同じものは登録できません(6文字W上52文字W内) 海三者によるログインを防ぐために、できるだけ複雑なものを設定してください。 確認のため再度入力してください。
*^
ログイン方法やお申込み方法についてご不明点がございましたら、以下へお問合せください。
※パスワードは以下を満たしたもので作成ください。
13文字以上32文字以内
下記4種類の半角文字を全て使用
①英大文字(A~Z) ②英小文字(a~z) ③数字(0~9) ④記号("! # \$ % &' [])

2-2. HDB利用手順(PW再設定)

④再設定完了 ⇒「ログイン」をクリックする

⑤ログイン画面
 ⇒新パスワードを入力してログイン。
 「予約初期画面」へ

ーIDの確認・パスワ-	-ドの再設定		
ご本人確認	ユーザーIDの確認	パスワードの再設定	充了
健診のご予約	バスワードの再設 は、ご所属の企業もしくは 料に記載のURLまたはQR:	定か完了しました。 ご加入の健康保険組合から コードよりお申し込み下さい	ご案内があった ハ。
		ata	



	•	┨ 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	Bン 表示」		ユー = (-概	要		(1) ●「単	健回表	診デ 示」	-5		
	データ 経年表示 データを一覧で参照できます。 ・ 国アイコンをクリックすると、 データ詳細を表示するには、そ	健診項目の説明が別ウィンI れぞれの党約日をクリックし	ドウにて開きます。 てください。		単回表示	開		健診デー 健診行報の単回 健診情報の単回 協念データの詳細を表 名項目名棟の 面アイ	ーー 戸- タ 長示 示します。 「コンをクリックすると、歯3項	十小山、 個の期間的シンドウ	・ ノ ノ 」 こて間をます。		単回表示	
								9						
	(<u>2009/05/20</u> 32歳	<u>2008/05/21</u> 32歳	<u>2007/07/25</u> 31歳	<u>2006/05/17</u> 30歳			✓ 健診受診情報 ※「受診年齢」は、健	診受診日時点での年齢が表;	示されています。				
生機		<u>2009/05/20</u> 32歳 サンブル健診機関	<u>2008/05/21</u> 32歳 サンブル(選修機関	2007/07/25 31歳 HDB1移行分	2006/06/17 30歳 HDB1移行分			 ✓ 健診受診情報 ※「受診年齢」は、値 受診日 	診受診日時点での年齢が表示 2009/05/20	示されています。 受診年齢	22歳	受診番号	zhaŭ Poincé.	
査機	(R)	2009/05/20 32歳 サンブル健参機関 サンブル健参機関	<u>2008/05/21</u> 32歳 サンブル健診機関 サンブル健認機関	2007/07/25 31歳 HDB1稼行分 受診日	2006/05/17 30歳 HDB1移行分 またのうり	ッ ク		健診受診情報 */「受診年結川は、他 受診日 契約檢査機関	 2009/05/20 サンブル街を機関 	示されています。 受診年齢 受診検査様開	22歳 サンブル6語3線関	受診番号 健診種別	定期健診	
도機 도機	(1) (1)	2009/05/20 32歳 サンブル健診機関 サンブル健診機関 定期健動	2008/05/21 32歳 サンブル/健参復聞 サンブル/健参優問 定期健監参	2007/07/25 31歳 中DB1物行分 受診日 すいると	2005/05/17 30歳 HDB1務行分 予クリ 単回表	ッ ク 示へ	-	✔ 健診受診情報 ※「党诊年輸」、他 受診日 契約檢査標則	※受診日時点での年齢が表 2009/05/20 サンブル健ら機関	示されています。 受診年齢 受診検査機関	22歳 サンブル磁空線関	受診番号 健診種別	定期機能	
査機 査機 川	関	2009/05/20 32歳 サンブル(健診機関 サンブル(健診機関 定期(健診 非該当	2008/05/21 32歳 サンブル健診機関 サンブル健認機関 定期機動 規模当	2007/07/25 31歳 HDB1移行分 受診日 すべると 利定不能	2006/05/17 30歳 HDB1移行分 をのり 単回表 職務	ック 示へ		健診受診情報 *「受診年輸川よ、健 受診日 契約檢査機関	後愛診日時点での年齢が表示 2009/05/20 サンブル館修機関 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	たわれてはす。 受診年齢 受診検査機関	22歳 サンブル健診機関	受诊断号 健注種別	定期應約	
査機	関 関	2009/05/20 32歳 サンブル健診機関 サンブル健診機関 た期健診 非該当 動艇つけ支援	2008/05/21 32歳 ロンブル健診機関 サンブル健診機関 定期機影 東該当 体報提供	2007/07/25 31歳 HDB1移行分 受診自 すたいろと 利応不能 判応不能	2006/05/17 30歳 HDB1移行分 をつり 単回表 ^{料院不能}	ック示へ		健診受診情報 *「受診年前川よ、健 受診日 契約检查標園	 2009/05/20 2009/05/20 サンブル 御き 機関 	示されて1はす。 受診年齢 受診検査復開	22歳 サンブル街2機関	受診番号 健診種別	定期應約	
査機 査機 引 多刊	 関 ダホリックソントローム判定 保健指導レベル 身長 [] 	2009/05/20 32歳 サンブル健診機関 サンブル健診機関 サンブル機能能関 た期度当 利該当 動艇つけ支援 168.3	2008/05/21 32歳 はマブル/健学機関 サンブル/健学機関 定期限患 見取返当 情報提供 167.8	2007/07/25 31歳 HDB1稼行分 受診目 すごろと 利成不能 刊成不能	2006/05/17 30歳 HDB1移行分 をのり 単回表 ^{料院不能} イ1回ン	ック 示へ をクリ	ッ ク	 ● 健診受診情報 ※「党诊年齢」は、健 受診日 契約檢査標園 ● 健診項目 ● 健診項目 	会会会にあったの年齢が表 2009/05/20 ウンブル健会機関 ロ ウンブル健会機関 ロ	Tráth ています。 受診年齢 受診検査復開	32歳 サンブル磁砂線開	受診番号 健診種別	定期储约	
査 機 注 離 別 診刊	関 メホリパワントローム判定 保健指導いいル 身長 目 体重 目	2009/05/20 32歳 サンブル健診機関 サンブル健診機関 サンブル健診機関 た期健急 期限3 1683 71.3	2008/05/21 32歳 エンブル(健参催開 サンブル(健多 開度) 年期度当 1678 714	2007/07/25 31歳 HDB1移行分 受診F すいると 利応不能 料応不能 1833 ア 7 6 ろ		ック 示へ をクリ	ック	 健診受診情報 ※「党诊年輸川法、徳 党诊日 契約檢査確問 健診項目 分類 分類 	 (受診日時点での年齢が表示 2009/05/20 サンブル酸钐機関 サンブル酸 	たわれてはす。 受診年齢 受診検査復開 8	22歳 サンブル健影機関	受診番号 健診種別	定期(建) 定期(建) 下 限	Ē
¢査機 (注意機) (注) (注) (注) (注) (注) (注) (注) (注	関	2009/05/20 32歳 サンブル/健診機関 サンブル/健診機関 が以うル健認 部 様 部 した 第 に 数 間 、 フレ た の の の の の の の の の の の の の の の の の の	2008/05/21 32歳 ポンプル健診機関 サンプル健診機関 定期限影 発展数 1678 1678 71.4 25.4	2007/07/25 31歳 HDB1移行分 受診E すいると 利応不能 判応不能 1083 ア 7、6 3 283	2006/05/17 30歳 HDB1移行分 子をの り 単回表 ^{料底不能} イ100 ン く、22 検	ック 示へ をクリ	ック)見方	 健診受診情報 ※「受診年輸川は、健 受診日 契約检査機関 健診項目 分類 特定健診判定 	※完設日時点での年齢が表す 2009/05/20 サンプル確認機関 項目名 外共初の分/トローム判定	示されています。 受診年齢 受診検査保関 A 示いたいます。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのたです。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにす。 のでのようにはず。 のでのようにす。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにはず。 のでのようにする。 のでのようにはずでのようにする。 のでのようにする。 のでのようにする。 のでのようにする。 のでのようにする。 のでのようにする。 のでのようにする。 のでのようにはず。 のでのようにする。 のでのようにする。 のでのようにする。 のでのようにはす。 のでのようでのようでの。 ででのかたいたいまでする。 ででのかです。 のでのようでのからう。 のでのようでのか。 のでのようでのか。 のでのようでのか。 のでのようでのか。 のでのようでのようでの。 のでのようでのようでの。 のでのようでのようでの。 のでのかられていたっでの。 のでのでのでのでのでの。 のでのでのでのでのでのでのでのでのでのでのでのでのでのでのでのでのでのでので	 22歳 ジンブル値37個間 ジンブル値37個間 	受診番号 健診種別	定期随诊 定期随诊 下 限	C
全 <u>査</u> 機 全 <u>査</u> 機 重別 建診刊	関 の の の の の の の の の の の の の の の の の の	2009/05/20 32歳 サンブル健診機関 サンブル健診機関 た期随診 定期随診 意味成的 利能 が 1683 71.3 252 83.6	2009/05/21 32歳 ポンプル健学機関 サンプル健学機関 定期随影 定期随影 は報提供 167.8 71.4 26.4 86.0	2007/07/25 31歳 HDB1稼行分 受診E すころと 利定不能 1033 ア 7,6 3 2,3 2,3 3 2,5 グ		ック 示 ク 値 示 す	ック)見方 る	健診受診情報 *「受診年前川志、健 受診日 契約検査確問 ● 健診項目 ● ● 分類 特定健診判定	 2009/05/20 2009/05/20 サンブル(館)2(開間) 第二次に対応の定義の構成 7月14 7月14<	示さ\ TU はす。 受診体部	22歳 1 22歳 1 <td>受診番号 健診種別</td> <td>定期健診 定期健診 下限</td> <td>Ē</td>	受診番号 健診種別	定期健診 定期健診 下限	Ē
査 機 () () () () () () () () () () () () ()	関	2009/05/20 32歳 サンブル健診機関 サンブル健診機関 がごり支援 動礎つけ支援 1683 71.3 25.2 83.6 120	2009/05/21 32歳 ドレブル健診機関 サンブル健診機関 定期随影 2期随影 4時提供 167.8 71.4 26.4 85.0 115	2007/07/25 31歳 HDB1稼行分 受診FE す思ると 判成不能 1833 ア 7 6 る 2 83 2 8 5 グ 110	2006/05/17 30歳 HDB1移行分 をつり 単回表 ^{料院不能} イ」18日ン と、 ⁷⁴⁴ 検 ラフを	ック 示へ を クリ の す	ック)見方 る	健診受診情報 *「受診年前川よ、健 受診日 契約检査標題 ● 健診項目 ● 第定健診判定 身体計測	 2009/05/20 2009/05/20 サンブル(語)2(機関) ボンブル(語)2(機関) 項目4 パンブル(ローム)利定 パン 出資レいな 日本 	Tach TU はす。 受診年齢 受診体査復開	22歳 1 サンブル確認機関 ・	受診番号 健診種別		
査機調を引いていた。		2009/05/20 32歳 サンブル健影機関 サンブル健影機関 が定期健影 利該当 1683 713 252 836 120 69	2008/05/21 32歳 は、ブル/健影/機関 サンブル/健影/機関 定期限態 定期限態 和取変当 1 1678 71.4 25.4 25.4 85.0 115 15 70	2007/07/25 31歳 HDB1稼行分 受診を目 すごると 料に干能 1633 ア 7 6 る 2 83 ア 7 6 る 2 83 ア 180 8 5 グ 190	2006/05/17 20歳 HDB1稼行分 をのリ 単回表 ^{料院不能} イ1:63 ン と、 ⁷⁴⁴ 検 ラフを 137 75	ック 示へ をクリ の す	ック)見方 る	 健診受診情報 ※「受诊年齢」は、健 受診日 契約検査機関 使診項目 分類 特定健診判定 身修計測 	 2009/05/20 2009/05/20 サンブル(館)2個関 項目名 2010/05/20 <l< td=""><td>Trich TU はす。 受診年齢 交診体査復開 8 8 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日</td><td>32歳 第20歳 サンブル磁谷機関 第3000 ####################################</td><td>受診番号 使診種別 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・</td><td> 定期融資 下限 </td><td>2</td></l<>	Trich TU はす。 受診年齢 交診体査復開 8 8 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	32歳 第20歳 サンブル磁谷機関 第3000 ####################################	受診番号 使診種別 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	 定期融資 下限 	2
査 査 欄 制 診 利		2009/05/20 32歳 サンブル健影機関 サンブル健影機関 が定期健態 400 1683 713 1683 713 252 836 120 69 -	2008/05/21 32歳 ドンブル/健診機関 ゲンブル/健診機関 気期限影 目前開催供 1678 71.4 25.4 85.0 1115 70 -	2007/07/25 31歳 HDB1稼行分 受診を日 すごると 料応不能 1083 ア 7.6 る 2.3 グ 10 2.5 グ 10 10 10	2006/05/17 30歳 HDB1稼行分 をのリ 単回表 ^{料院不能} イ1:63 ン と、 ²⁴⁴ 検 ラフを 137 75	ック 示へ をクリ の す	ック)見方 る	 健診受診情報 ※「党诊干部」は、他 受診日 契約检査確認 ● 健診項目 予 預 分 預 特定健診判定 身体計測 	 2009/05/20 2009/05/20 サンブル/磁波機関 ボルセックントローム判定 バルセックントローム判定 バルセックントローム判定 バルセックントローム判定 「中世 国 	T-2hTUはす。 受診存勤 受診存数復開 8 ・ ・ ・ ・ 邦称 新報	22歳 32歳 サンブル磁S編開 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	受診番号 健診種別 使診種別 ・	 定期随き 定期随き 下限 	C z
· 査 機 (別) 影刊 測		2009/05/20 32歳 サンブル健診機関 サンブル健診機関 がたりル酸酸酸酸 1 た期防酸 1 6 8 3 6 1 2 5 2 6 9 6 9 - -	2008/05/21 32歳 エンブル(健多傑開 サンブル(健多傑開 な 原期健多 4 前称3 7 前4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 2 5 4 5 4	2007/07/25 31歳 HOB1様行分 受診を目 すべると 期に不能 1683 ア 7.6 る 2.63 2.63 2.63 2.63 2.63 2.61 1.0 61 -	2006/05/17 30歳 HDB1移行分 子をのクリ 単回表 単底不能 イ10回ン く、282 クフノを 137 75 -	ック 示へ を クリ の す	ック)見方 る	 健診受診情報 ※「党鈴年錦川よ、健 党治日 契約檢査確問 契約檢査確問 登録項目 予 預 粉定健珍判定 身体計測 	 送転設日時点での年齢が表示 2009/05/20 サンプル確認機関 サンプル確認機関 バル ボール <li< td=""><td>T-3hT(1 ほす。 受診年齢 受診存数(限) を の の の の の の の の の の の の の</td><td>32歳 1 サンブル磁線機関 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 2 2 2</td><td>受診番号</td><td>Image: Second second</td><td></td></li<>	T-3hT(1 ほす。 受診年齢 受診存数(限) を の の の の の の の の の の の の の	32歳 1 サンブル磁線機関 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 2 2 2	受診番号	Image: Second	
全 査 構 建 別 世 診 判 十 測 3 資質		2009/05/20 32歳 サンブル(健多機関 サンブル(健多機関 がしたい 第1次当 1683 713 252 836 120 69 - - 43	2008/05/21 32歳 ドンブル健美保健 プンブル健美保健 プンブル健美保健 ないないない ないないない 2554 16780 16780 16780 16780 16780 16780 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	2007/07/25 31歳 HDB1稼行分 受診下し のであると 利定不能 料定不能 1083 ア 7.6 3 2.6 3 2.6 3 2.6 3 7.6 3 3 0.6 1 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10		ック 示へ をクリ 査 表示す	ック)見方 る	 健診受診情報 ※「受診年前川志、健正受診日 契約检査機関 契約检査機関 登録 分類 特定健診判定 身体計測 	 2009/05/20 2009/05/20 サンプル/磁ジ(機関) ボンプル(磁ジ(機関) バンプル(磁ジ(機関) バンプル(磁ジ(機関) バンプル(磁ジ(機関) バンプル(磁ジ(機関) バンプル(磁ジ(電関) (1) (1)<td>Table Cite g a series and a s</td><td>22歳 1 ジンブル磁ジ機関 ジンブル磁ジ機関 ビンジル磁ジ機関 ビンジン K編集値 ジンジン ビンジン ジンジン 1683 ビンジン ブ13 252 252 836</td><td>受診番号 健診種別</td><td> 定期健治 定期健治 下降 185 </td><td></td>	Table Cite g a series and a s	22歳 1 ジンブル磁ジ機関 ジンブル磁ジ機関 ビンジル磁ジ機関 ビンジン K編集値 ジンジン ビンジン ジンジン 1683 ビンジン ブ13 252 252 836	受診番号 健診種別	 定期健治 定期健治 下降 185 	
全査様 全力様 全別 自診 判 十割 引 3 3 3	R S	2009/05/20 32歳 サンブル健影機関 サンブル健影機関 がごうな場 1683 713 1683 713 252 836 120 69 69 - 0 7 43 207	2008/05/21 32歳 にレブル健診機関 サンブル健診機関 気期度当 (1月53 167.8 17.4 167.8 17.4 17.4 17.4 17.4 17.4 17.4 17.4 17.4	2007/07/25 31歳 HDB1稼行分 受診 に すた。と 単に正確 1683 ア 1833 ア 1833 ア 1833 ア 1833 ア 1833 ア 184 1833 7 184	2006/05/17 30歳 HDB1移行分 をのリ 単回表 ^{料院不能} イ183ン く、22 クフを 187 75 - - 47 150	ッ っ へ か っ へ り の す	ック)見方 る	 健診受診情報 ※「受診年前川志、健 受診日 契約検査確問 契約検査確問 登録 分類 特定健診判定 身体計測 血圧 	 送送日時点での年齢が表 2009/05/20 サンブル(強き(機関) サンブル(強き(機関) 第二、1000000000000000000000000000000000000	Table Content of the state of	22歳 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 2 252 1 <td>・ ・</td> <td> 定期限制部 定期限制部 定期限制部 下下限 185 100 </td> <td></td>	・ ・	 定期限制部 定期限制部 定期限制部 下下限 185 100 	

3. HDBメニュー概要 (2)解説!からだと後



3. HDBメニュー概要 (3) セルフ

疲労度やメンタルヘルス(職業性 ストレス簡易調査53項目)を、 随時、チェック可能。 事業所がストレスチェックを実施 している場合は、事業所の指示に 従ってご利用下さい。

📝 セルフチェック

労働者の疲労蓄積度自己診断チェック

メンタルヘルスの自己チェック

セルフチェックの一覧表示

セルフチェック名

「実施する」ボタンをクリックすると、回答画面に進みます。 セルフチェックはアンケートとは違い、何回でもチェックすることができます。 チェック結果はどこにも送信されません。 ※ブラウザの「戻る」ボタンは使用しないでください。

▽分析結果グラフ

セルフチェック

セルフチェック回答入力 全ての質問に回答してから「次へ」ボタンを押してください。 セルフチェックはアンケートとは違い、何回でもチェックすることができます。 チェック結果はどこにも送信されません。 ※ブラウザの「戻る」ボタンは使用しないでください。

セノ

11 自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない

各日	2013/08/12						
レフチェック名	メンタルヘルスの自己チェック						
					Y		あなたか感じて
あなたの仕事につい	いてうかがいます。				結果	表示。	
非常にたくさんのし	ごとをしなければならない	0 ಕರಿಸ	O ಕ್ಷಹಕ್ರಿಸ	O ややちがう	【 状为	もを数	
時間内に仕事が処	理しきれない	0 ಕಾಸ	○ まあそうだ	C ややちがう	\ 值化		
一生懸命働かなけ	わばならない	0 ಕರ್ನ	O まあそうだ	O ややちがう	0		
かなり注意を集中す	「る必要がある	0 ಕಾಸ	○ まあそうだ	C ややちがう	O ちがう	V	
高度の知識や技術	が必要なむずかしい仕事だ	೦ ಕರ್ನ	○ まあそうだ	C ややちがう	O ちがう	🔜 🔝 🕷	ふたへの
勤務時間中はいつ	も仕事のことを考えていなければならない	○ そうだ	○ まあそうだ	C ややちがう	O ちがう		
からだを大変よく使	う仕事だ	೦ ಕರ್ನ	○ まあそうだ	C ややちがう	O ちがう		46
自分のペースで仕る	事ができる	0 ಕರ್ನ	○ まあそうだ	C ややちがう	O ちがう	■ 積神	町ストレノ
自分で仕事の順番	・やりかたを決める事ができる	೦ ಕರ್ನ	O まあそうだ	C ややちがう	O ちがう	あなたの料	唐神状態
〕 職場の仕事の方針	Hに自分の意見を反映できる	0 ಕರ್ನ	O まあそうだ	C ややちがう	O ちがう	いていねい	いものです
						A	

O そうだ

該当する

ところを

チェック

O まあそうだ

C ややちがう

O ちがう

態に影響が出ているのかを何回でもチェックすることができます。健康な職場生活に

疲労の蓄積状態をチェックすることができます。過重労働による健康障害防止のた

ここでは、あなたが職場でどんなストレスを受けているのか、そしてどの程度ストレ

ストレスの原因と考えられる因子

実施

🎸 実施する

▲ 実施する

セルフチェッ

よって健康状

こお役立て

心理的な仕事の負担(量) 働きがい 心理的な仕事の負担(質) ている仕事の適性度★ 自覚的な身体的負担度 あなたの技能の活用度 職場の対人関係でのストレス 什事のコントロール度★ 醸場環境によるストレス

)アドバイス

ス反応

概要

ください。

クするツールとしてご利用ください。

は比較的良好であると思われます。精神状態はストレス要因による影響を受けて日々変化します。ス 1。こうしたストレス要因に十分気をつけることが心身の健康を保つうえで大切です。また自分なりのリ がありましたら、産業医・保健師・看護師や専門家に相談してみて下さい。

4. WEB く初回登録 HDB利用には、WEB登録が必要です。

次頁からの一連の手続きを行ってください

①「初回登録」の場合は、「b」から初回登録時の入力を始める



お問い合わせはこちら

河北新報健康保険組合 健診申込専用ページです。 ○ アカウントをお持ちの方はこちら ○ 初めての方はこちら b ハピルスID サイトをご利用いただくための IDおよびパスワードを登録します。 IDを入力してください 初回登録 パスワード パスワードを入力してください ログイン スマートフォンを ご利用の方 ハピルスID・パスワードがご不明な方はこちら

健康診断の予約申込受付は、株式会社ベネフィット・ワンに委託し、健診予約受付センターにて運営いたします。

当サービスをご利用いただく際の推奨環境は以下のとおりです。
 推奨環境以外でご利用される場合は、正しく表示できない場合があります。
 ●バソコン
 ●スマートフォン
 ・ブラウザ: Chrome 69.0以降
 ・OS :iOS 10.0以降、Android 6.0以降

・ブラウザ:Safari 10.0以降、Chrome 69.0以降



※ ハピルス | 健診

③会員情報を入力する ⇒氏名、生年月日、住所など「必須項目」の入力

会員登	録			
	会員情報	の入力	入力内容の確認	仮登録
	お客様情報の	入力		
	お名前(漢字)	[必須]	姓 テスト 名 太郎	
	お名前(カナ)	[此須]	(半角カナ) セイ テスト	
	生年月日	[必須]	昭和33年/1958年 🖛 年 1 💌 月 3 💌	8
	t生 別	[必須]	●男性 ○女性	
	住所	[必須]	▼ 980 - 0022 住所を自動入力 宮城県 下区町村、丁目、番地、号 仙台市書葉区五橋1丁目2-28 建物名	つする
	連絡先電話番号	【必須】	(半角数字) 固定電話]



⑤会員情報の入力(つづき) ⇒次回ログイン時に必要なID、パスワードを登録(覚えておくこと)

メールアドレス

メールアドレス/ユーザーID・パスワード

メールアドレス	[必须]	パソコン用メールアドレスをご入力ください。 パソコン、スマホのアドレス mail-address@xxxx.ne.jp パソコン、スマホのアドレス 確認のため再度入力してください。 の通知などに使われる	Ì
ハビルス ID	[必须]	金具向けサービスにロダインする時に使用します。	
パスワード	[必须]	「ハビルスID」と同しものは登録できません(8文字以上32文字以内) 第三者によるログインを防ぐために、できるだけ機雑なものを設定してください。 ●●●●●● 確認のため再度入力してください。 ●●●●● ノピーフロード	
		ハスフート 13文字以上32文字以内 下記4種類の半角文字を全て使用 ①英大文字(A~Z) ②英小文字(a~z) ③数字 9) ④記号("! # \$ % & '[])	r(0~

⑤チェックをつけて「次へ」を クリックする

個人情報の取扱いについて

個人情報保護方針

私たち株式会べネフィットワン・ヘルスケアは、お客様からお預かりする個人情報、中でも身体・健康に関する1 それを保護することは社会的麦務であると共にお客様および社会から信頼される会社となる第一歩と考え、次の め、全役職員がこれを確実に実行することによって、個人情報の保護に万全をつくしてまいります。

1. 当社は、個人情報の保護に関する法律、国が定める指針その他の規範を遵守し、さらに日本工業規格「個人



⑥入力内容を確認⇒登録をクリック

お客さま情報

お名前(漢字)	テスト 次郎
お名前(カナ)	77F 35 J
生年月日	昭和58年/1983年 08月03日
性別	男性
住所	〒980-0022 宮城県 仙台市春美区五橋 1 - 2 - 2 8
連絡先電話番号	ご自宅:022-262-6336

メールアドレス/ユーザーID・バスワード

メールアドレス	k-kenpo, akez@peace. oon. ne. jp
ID	9999900196008011
パスワード	セキュリティ保護のため、表示していません

ハビルス会員規約	同意します
マイカルテのご利用	希望します

内容に間違いがなければ登録ボタンをクリックしてください。

⑦登録したメールアドレスを開き、本登録のためのURLをクリックする (メールが届かない場合は、受付センター(160800-9199-023)に連絡)



⑧本登録終了⇒「続けて利用」をクリック

⑨予約初期画面から利用開始⇒「2-1.HDB利用(6頁~)」へ

