

## <手入力&歩数確認方法>

※歩数アプリからの連携ができているかの確認もここから

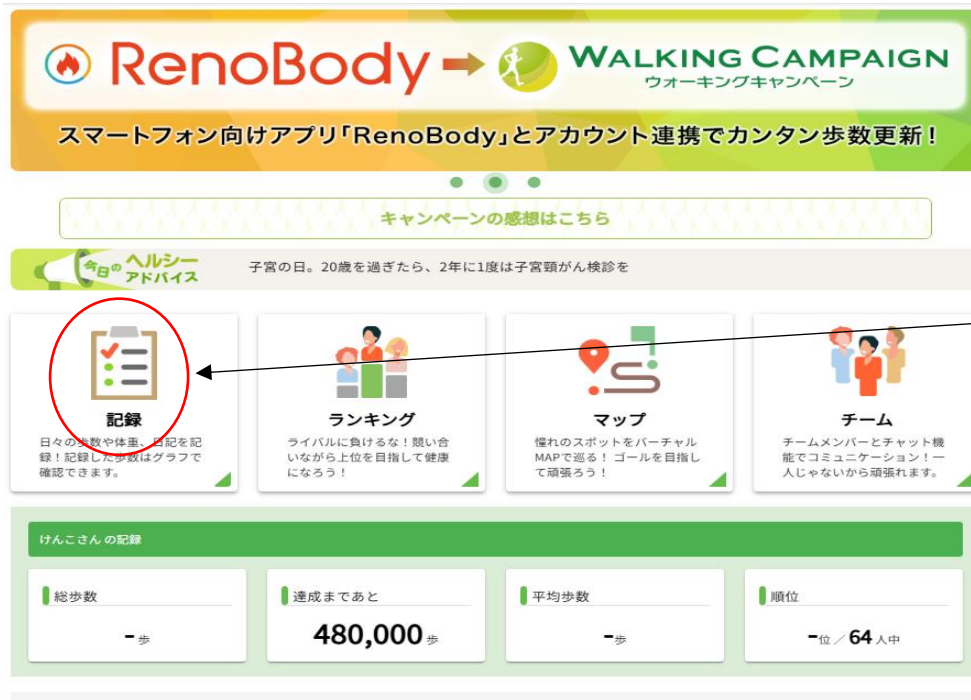
### ①ログイン (WEBサイトへはスマホの「ホーム画面に追加」しておき、そこからアクセスや健保ホームページからが便利です)



登録したメールアドレス

パスワードを入力

### ②マイページ



「記録」をクリック

### ③記録



歩数確認の場合

・通常「週間」になっています  
「<」を押下すると1週間ずつ  
期間を遡ります  
・「月間」を押下すると1か月分  
表示されます  
「<」「>」を押下すると前後の  
期間が表示されます  
※歩数連携アプリから連携されて  
いない日があれば手入力して  
ください

歩数を入力し  
「日記を保存する」を押下