

<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