



体重測定チャレンジ 画面説明資料

体重測定チャレンジ 画面遷移



トップページ上部の健保からのお知らせをクリック
もしくはトップページ下部のバナーをクリック



体重測定チャレンジ 画面遷移



体重測定チャレンジ

健康保険組合

こんにちは！ ■■■さん！

毎日体重を量って記録しましょう！記録をしていくと体重の変化だけでなく、自分の生活も見えてきます。食べ過ぎた日、運動をした日、何もしなかった日…。自分の行動と体重の変化にどんな関係があるのかがよくわかり、体重コントロールと健康生活につながります。

参加する

ボタンをクリックして参加しましょう！

[参加する]
を押してスタート

[参加]を押してから入力されたデータがチャレンジ対象としてカウントされます

対象者

Pep Up登録している ■■■健康保険組合加入者

開催期間

2020/11/09(月) ~ 2021/02/28(日)

達成条件

30日以上記入すること

ポイント付与タイミング

キャンペーン終了後1~2ヶ月後にポイントを付与いたします。

体重測定チャレンジ 画面説明

PepUp



あなたの現在の健康状態

実年齢 : 42 歳
健康年齢 : 42 歳
Pepポイント : pt



体重測定チャレンジ

JMDC健康保険組合

✓あなたは2020年11月09日から参加中です

あなたの体重



[参加する]ボタンを押した日です

グラフで記録した体重の変遷を見ることができます

開始日からの体重の増減を確認できます

今日の体重を記録する

目標編集

増減

-6.0 kg

記録回数

21 / 112

記録日数の確認ができます

体重測定チャレンジ 画面説明

☑今日の体重を記録する

✎目標編集

目標編集から目標の設定ができます。

PepUp



目標を設定しよう！

あなたの目標歩数は	8000 歩	変更
あなたの目標体重は	76 kg	変更
あなたの目標体脂肪率は	20 %	変更
あなたの目標睡眠時間は	8 時間	変更
あなたの目標腹囲は	0 cm	変更

戻る

あなたの現在の健康状態

- ホーム
- わたしの健康状態
- 健康記事
- 日々の記録
- キャンペーン一覧

設定したい項目の「変更」をクリックし数値を入力してください。
保存をクリックすると設定が完了します。

PepUp

あなたの現在の健康状態

実際の年齢 :
健康年齢 :
Pepポイント :

75 kg

保存 キャンセル

体重測定チャレンジ 画面説明

データ記入

体重 kg

日付 2020/12/04

時間 00:00

× キャンセル 確認

あなたの現在の健康状態

あなたの体重

70.0
68.0
66.0
64.0
62.0
60.0
58.0
56.0
54.0
52.0
50.0

11月9日 11月19日 11月29日 12月9日 12月19日 12月29日 1月8日 1月18日 1月28日 2月7日 2月17日 2月27日

■ 体重

今日の体重を記録する

目標編集

今日の体重を記録するをクリックすると体重入力ができます。半角数字で入力します。体重は小数点第一位まで入力できます。

体重測定チャレンジ 画面説明

体重測定チャレンジ

あなたは2020年12月04日から参加中です

あなたの体重

日	11/26	11/27	12/03	12/04	12/10	12/11
体重	67.0 kg	68.0 kg	66.0 kg	記録する	未記録	未記録

増減 +1.0 kg 記録回数 7 / 112

月	火	水	木	金	土	日
11/29	11/30	12/01	12/02	12/03	12/04	12/05
65.0 kg	記録する	記録する	記録する	記録する	記録する	記録する
11/30	12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06
記録する	69.4 kg	69.0 kg	記録する	記録する	記録する	記録する
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07
記録する	記録する	記録する	67.0 kg	68.0 kg	記録する	記録する
12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08
記録する	記録する	66.5 kg	66.0 kg	記録する	未記録	未記録
12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	12/09
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	12/09	12/10
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/05	12/06	12/07	12/08	12/09	12/10	12/11
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/06	12/07	12/08	12/09	12/10	12/11	12/12
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/07	12/08	12/09	12/10	12/11	12/12	12/13
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/08	12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	12/17
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	12/17	12/18
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/13	12/14	12/15	12/16	12/17	12/18	12/19
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/14	12/15	12/16	12/17	12/18	12/19	12/20
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/15	12/16	12/17	12/18	12/19	12/20	12/21
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/16	12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24	12/25
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録
12/20	12/21	12/22	12/23	12/24	12/25	12/26
未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録	未記録

既に体重が記入してある場合は、入力した値が表示されます。

当日は「記録する」の表記となります。クリックすると体重が入力できます。

翌日以降は「未記録」と表記され体重の入力はできません