

<健康予測機能の使い方>

更新日:令和6年2月8日

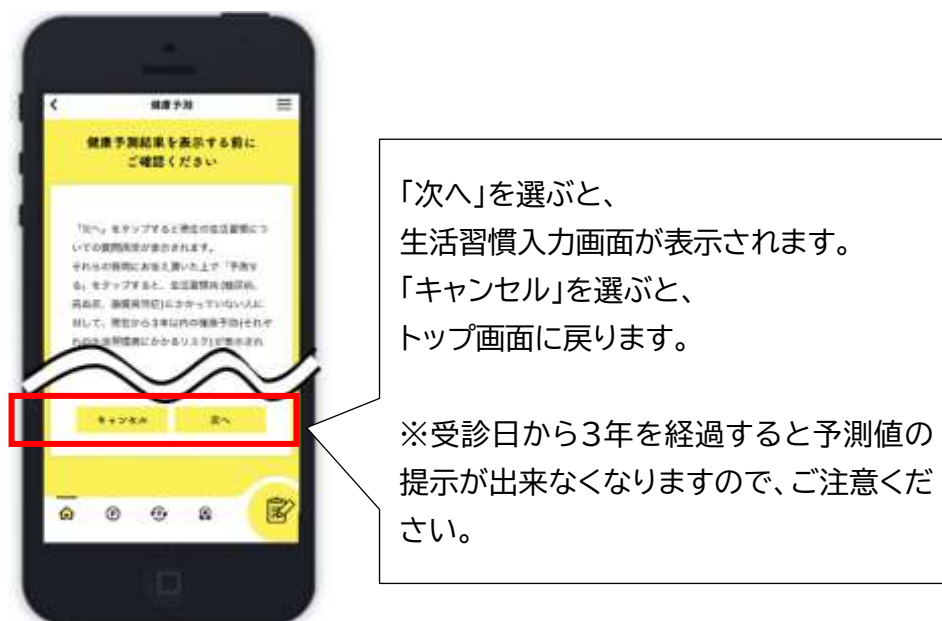
※画面はすべて開発中のものです。

※「健康予測」メニューは国保会員のみに表示されます。

1. トップ画面右上の「≡」から、「健康予測」を選んでください。



2. 健康予測を表示する前の確認事項をお読みください。



3. 3年以内の特定健診データが「アスマイル」に連携されている場合、
生活習慣入力画面が表示されます。

※生活習慣入力画面が表示されない場合は、「5.」の画面が表示されることがあります

「予測する」を選ぶと、
健康予測画面が表示されます。
「キャンセル」を選ぶと、
トップ画面に戻ります。

※体重や生活習慣の項目をすべて入力する
必要があります。

4. 3年以内の特定健診データと入力した体重や生活習慣から、健康予測が表示されます。
※健康予測画面が表示されない場合は、「6.」以降の画面が表示されることがあります

The image shows a smartphone screen displaying a health prediction app. The screen is divided into several sections, each with a callout box explaining its content:

- Top Section:** Titled "健康予測" (Health Prediction). It has three tabs: "糖尿病" (Diabetes), "脂質異常症" (Dyslipidemia), and "高血圧" (Hypertension). A callout points to these tabs: "疾病名をタップすると、その疾病の予測画面が表示されます。" (Tapping the disease name displays the prediction screen for that disease.)
- Diabetes Prediction Section:** Titled "3年以内に糖尿病になる確率" (Probability of developing diabetes within 3 years). It shows a prediction of "40%" based on data from 2023/07/07. A callout explains: "健康予測に基づく3年以内の発症確率が表示されます。" (The probability of developing the disease within 3 years based on the health prediction is displayed.)
- Comparison Section:** Titled "同世代(40代男性)の平均発症確率" (Average probability of developing the disease in the same generation (40-year-old men)). It shows a 3% average rate and a "相対リスク" (Relative Risk) of "12.7倍" (12.7 times higher). A callout explains: "同性同世代の3年以内に発症する平均発症確率と相対リスクが表示されます。" (The average probability of developing the disease within 3 years in the same gender and generation, and the relative risk, are displayed.)
- Advice Section:** Titled "アドバイスコメント" (Advice Comment). It features an illustration of a doctor and a text box. A callout explains: "発症確率に応じたアドバイスコメントが表示されます。" (Advice comments corresponding to the probability of developing the disease are displayed.)

発症リスクシミュレーション

生活習慣や体重が異なる場合の発症リスクをシミュレーションします。

生活習慣と健康の結びつきを知るためにご利用ください。

体重減少を目標に設定すると、2週間毎に体重に応じたメッセージを受け取ることができます。

体重 目標にする

73.4kg (現在)

71.2kg (3%減)

*現在のBMIが25以上の場合は、体重を設定することができます。

飲酒

毎日飲む (現在)

時々飲む

ほとんど飲まない

喫煙

習慣的に喫煙している (現在)

習慣的に喫煙していない

*「目標にする」にチェックを入れた状態で予約すると目標設定されます。

シミュレーションする

目標を確認する



「シミュレーションする」を選ぶと、
体重や生活習慣を変更した場合の発症確率が表示されます。

また、シミュレーション時に「目標にする」にチェックすると、2週間毎(隔週火曜日)に体重に応じたメッセージ(お知らせ、プッシュ通知)を受け取ることができます。

※発症リスクシミュレーションは糖尿病、高血圧のみ利用できます。



あなたの検査値を同世代の方と比較できます。
 緑色のエリアは、あなたの検査値の同世代の中での位置を示しています。
 赤いエリアは、基準値を超過していることを示しています。

あなたの平均歩数を同世代の方と比較できます。
 緑色のエリアは、あなたの平均歩数の同世代の中での位置を示しています。

5. 3年以内の特定健診データが「アスマイル」にまだ連携されていない場合



3年以内に特定健診を受診されている場合は、データが連携されるまでお待ちください。
(健診を受診されてから、通常3~4か月程度で連携されますが、4か月以上かかる場合もあります)

「OK」をタップするとトップ画面に戻ります。

6. 3年以内の特定健診健診結果が疾病の診断基準を超えている場合
または服薬情報がある方の場合



発症確率は表示されません。

7. その他、エラーメッセージが表示される場合があります。

(例)

・特定健診結果のうち、健康予測を利用するための必須項目が欠損等をしている場合