

使える！  
役立つ！

あなただけの「マイページ」バージョンUP!

# けんぽのここカラダ

PRODUCED BY RECRUIT

マイページはあなたの健康状態と対策がひと目で分かる情報サービスです。



健康リスクを  
分析



健診結果を  
経年チェック



生活習慣改善  
をアドバイス



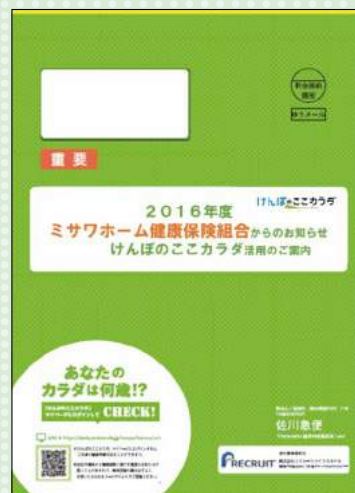
健康に役立つ  
情報をお届け



家族の健康も  
サポート

## メール・郵送でマイページのご利用方法をご案内します

マイページがより見やすく、より使いやすくバージョンUPします！  
10月上旬からメールまたは郵送で、マイページのご利用方法をご案内します。ぜひご利用ください！



こんなメールまたは  
封筒が届きます！



\* 医療費通知及び支給決定通知の閲覧は、引き続き「KOSMO Web」をご利用ください。

# けんぽのここカラダ 4つのポイント

## 1 健康年齢・健康総合評価がチェックできる！

ZOOM!

38歳



健康診断の結果から「体型」「血圧」などの項目ごとに健康のリスクを紹介、あなたの健康状態を詳しく解説します。健康年齢も知ることができます！

## 2 自分に合った生活習慣改善アドバイスが受けられる！

緑黄色野菜を積極的に食べることを心がけましょう。

※このページの画像はイメージです。

これ以上リスクを悪化させないよう、かかりつけ医、もしくは保健師や管理栄養士からアドバイスを受けましょう。

【体重・肥満について】 引き続き、適正体重の維持に努めましょう。

【血圧・血糖・脂質リスクについて】 引き続き健康的な生活を続けましょう！

【肝機能・腎機能について】 適量の飲酒、過食を控え、適度な運動を行いましょう。

健康リスク改善に向けて、1万3500パターンの中からあなたに合ったものを選んでアドバイスします。

## 3 健康促進に役立つ耳より記事が見れる！



※画像はイメージです。

あなたの健康に役立つ記事をメールで配信します。マイページからもご覧いただけます。

## 4 健康に特化したレシピ情報が見れる！



※画像はイメージです。

健康は日々の食事から！自分やパートナーの健康にうれしいレシピを提供します。



パソコン・スマートフォンの両方でご覧いただけます。  
※アプリも随時リリース予定



「けんぽのここカラダ」は、株式会社リクルートライフスタイルの保健事業サポートサービスです。