

ヘルスケアサービス  
「みんなの家庭の医学」ユーザー登録方法  
2024.4



保健同人フロンティア  
HOKENDOHJIN-FRONTIER



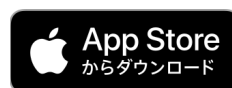
# みんなの 家庭の医学



健康管理は一人じゃ難しい。だから、アプリと一緒に。

健康かどうかは、意外と自分ではじゃわからない。  
もし具合が悪くなったら、何をしたらよいのだろう？  
家族や自分の体調を、誰かに気軽に相談したい…

1969年の創刊以来、家族の健康を支えてきた『家庭の医学』が  
アプリ・WEB版に生まれ変わりました。ちょっとした体調不良に  
は信頼できる健康情報や、医療の専門家によるアドバイスを。  
家族の健康状態も確認でき、楽しみながらみんなで健康に。  
『みんなの家庭の医学』が 安心とヘルスケアをお届けします。



『みんなの家庭の医学』Web版  
<https://kateinoigaku.jp/>

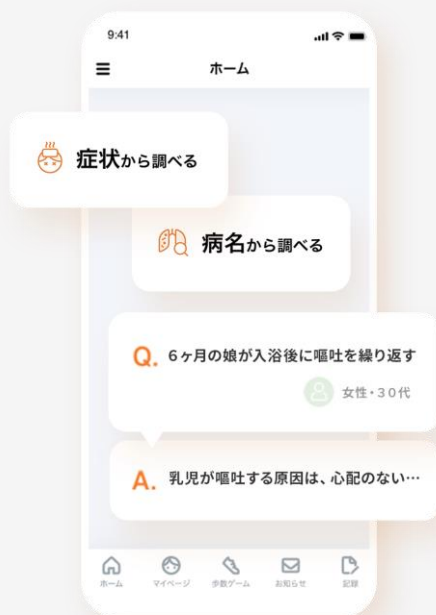


## 創刊50年の歴史を持つ家庭の医学とは

1969年、家庭医学書にセルフケアの考えをとり入れた『家庭の医学』を発売。病気や検査に加え、症状とそのセルフケア、応急手当や健康増進、病院の選び方・かかり方など、実践的な情報をわかりやすい内容で提供しました。当時はネット環境もなく、家庭になくなくてはならない家庭医学書として、累計300万部を超える大ベストセラーに。長きにわたり、多くの方々に広く愛読されました。

### アプリでは、3つの機能で健康に関する悩みをサポート

#### Function 01 家庭の医学+、 みんなのお悩みQ&A



#### Function 02 家族機能



#### Function 03 健康相談



機能の詳細は、  
『みんなの家庭の医学』  
紹介サイトをご覧ください。

<https://service.kateinoiga.ku.jp/>



## 目次



- ユーザー登録 P5
- 相談サービスの確認と切り替え P15
- ユーザー登録後の歩数連携 P16
- ユーザー登録後の家族招待 P22
- よくある質問・問い合わせ先 P24

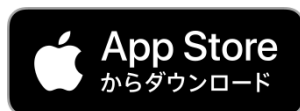
## **STEP ▶▶▶ 0-4**

### **ユーザー登録**

お手持ちのスマートフォン端末で、下記QRコードを読み取っていただくか、APP StoreまたはGoogle Playで「みんなの家庭の医学」と検索し、アプリをダウンロードしてください。

「ユーザー登録」⇒「ご所属先の登録(団体コード入力)」後、ご所属先の提供サービスがご利用いただけます。「ご所属先登録」時は、お手元にご自身の健康保険証(またはチラシなどご所属先からのご案内)をご用意ください。

みんなの家庭の医学



# STEP1

## 新規ユーザー登録（基本情報）

ダウンロード後「みんなの家庭の医学」アプリの利用機能を確認いただき、ホーム画面へ



# STEP1

## 新規ユーザー登録

### 新規登録をする

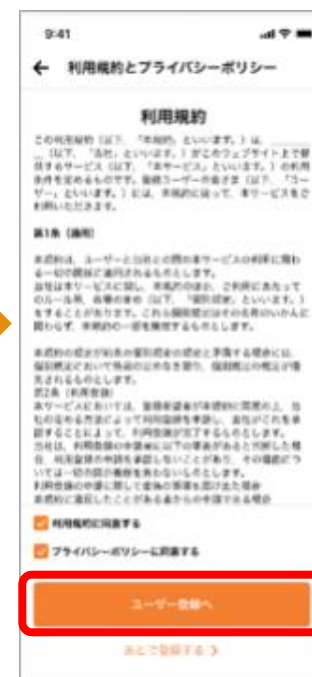
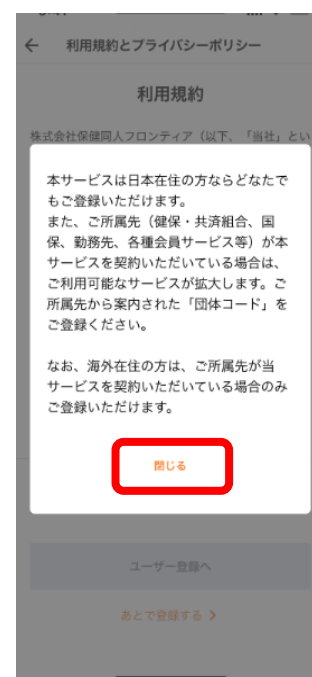
ホーム画面左上のメニュー(≡)を開く

メニュー上部の「ログイン・新規登録」をタップ

「新規登録」をタップ

居住地の登録条件などを確認し「閉じる」

利用規約を確認、チェックを入れて「ユーザー登録へ」



メニュー内の「ログイン・新規登録」のほか、フッターや「健康相談」タブからも「ログイン・新規登録」画面に遷移することができます。



# STEP1

## 新規ユーザー登録

### 新規登録をする

メールアドレス、ログインID、パスワードを設定し「送信」をタップ

登録したアドレスに、メールが送信されます

登録アドレスに届いた「仮登録のお知らせ」の本文中の「本登録用URL」をタップすると、ログイン画面に遷移

ログインID、パスワードを入力し「ログイン」

← ユーザー登録

メールアドレスとログインID、パスワードを入力して「送信」を押してください。登録したメールアドレスに本登録用URLをお送りします。

メールアドレス

メールアドレスを入力

入力したメールアドレスに本登録用URLを送付します。  
「@kateinoigaku.jp」からのメールが受信できるように、ドメイン指定受信可否設定をご確認ください。

ログインID

ログインIDを入力

- 6-12文字で入力してください。
- 「半角英字・半角数字・記号(-!?)」が使用できます。半角記号のみでの設定はできません。

パスワード

パスワードを入力

- 8文字以上で入力してください。
- 「半角英数字」と「記号(-!?.+\$\$%#\*&@)」を組み合わせてください。

パスワード (確認)

もう一度入力してください

送信

すでに登録済みの方 >

ID

「半角英字・半角数字・記号(-!?)」が使用できます。  
・英字のみ、数字のみの設定も可能  
・記号のみでの設定はできません

パスワード

「半角英数字」と必ず「記号(-!?.+\$\$%#\*&@)」を組み合わせて設定

送信しました

chimchimcheree.009+777@gmail.com  
に本登録用URLを送信しました。  
●●●●●●●●●●@ ください。

メールが届かない場合は以下より再送信してください。

もう一度送信する >

メールアドレスを修正して再送信 >



← ログイン

ログインID

ログインIDを入力

パスワード

パスワードを入力

自動ログインを有効にする  
・自動ログインを解除する場合はチェックを外してください

ログインIDを忘れた場合 >

パスワードを忘れた場合 >

ログイン

はじめてご利用の方

新規登録

ホーム マイページ 歩数ゲーム お知らせ 記録

# STEP1

## 新規ユーザー登録（基本情報）

のぼる

画面に沿って、基本情報各項目を登録

**性別**

あなたの性別を教えてください。  
最適な健康生活アドバイスが  
毎日ワタシがお届けします

性別

男性 女性 選択しない

**ニックネーム**  
※10文字以内(漢字不可)

あなたのことを  
なんとお呼びしたら  
よいでしょうか

ニックネームを入力

・ひらがな、カタカナ、半角英数字が使用できます。  
・10文字以内で入力してください。

次へ

**生年月日**

のぼるさん  
ステキなお名前ですね。  
生年月日も教えてください

生年月日

1980 年 01 月 01 日

次へ

**居住地**

のぼるさんの  
住んでいる場所を教えてください

お住まい

国内 海外

「海外」を選択できるのは、ご所属先が当サービスを  
契約いただいている方のみとなります。

**国内在住  
(郵便番号)**

〒0000000-0000  
のぼるさんの  
住んでいる郵便番号を教えてください

郵便番号

〒0000000-0000

〒を入力してください  
〒0000000-0000

「海外」を選択できるのは、ご所属先が当サービスを  
契約いただいている方のみとなります。

次へ

**海外在住  
(居住国)**

○○○○○さんの  
住んでいる国を教えてください

居住国

国を選択

「海外」を選択できるのは、ご所属先が当サービスを  
契約いただいている方のみとなります。

次へ

※ご所属先に個人が特定される情報が報告されることはありません。

# STEP1

## 新規ユーザー登録（歩数連携）

ユーザー登録時に「みんなの家庭の医学」アプリに歩数を連携する

「次へ」をタップすると、  
端末の歩数連携画面が開く



【iPhoneの場合】  
歩数をオンにして「許可」



【Androidの場合】  
「Google Fit」が端末にダウンロードされているかご確認ください。  
未ダウンロードの場合は①、ダウンロード済みの場合は②に進みください

①「Google Fit」をダウンロード  
身体活動の記録をオンにし、②へ



インストールされている端末の  
歩数を自動カウントするアプリです

②「みんなの家庭の医学」アプリで  
Googleアカウントにログイン

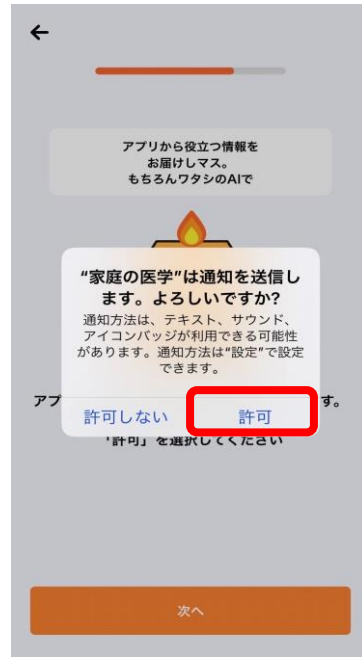


※ユーザー登録後でも連携可能です  
※歩数の自動連携ができない端末もございます。あらかじめご了承ください。アプリ「記録」から歩数を手入力することが可能です

# STEP1

## 新規ユーザー登録（基本情報）

画面に沿って、基本情報各項目を登録



注【所属先が提供する追加サービス】のご利用には、ユーザー登録に加えて、所属先の登録が必須となります

# STEP2

## ご所属先の登録

### ご所属先の登録をする

お手元の健康保険証を確認のうえ、  
団体コード(保険者番号)を入力し、  
「登録」をタップ

← ご所属先の登録

ご所属先の団体コードを入力することで、ご利用いただけるサービスが拡大します。

団体コード

団体コードを入力

※ご所属先に個人が特定される情報が報告されることは一切ございませんのでご安心ください。

登録

団体コードを持っていない/あとで登録

保険者番号を入力  
**06140156**

※保険者番号は、健保組合・共済組合等を識別する番号です。  
個人を特定する番号ではございません。

健康保険 本人 (被保険者) 00000 00000  
被保険者証 0000年 00月 00日 交付  
記号 00000000 番号 00

氏名 ●●●●●●●●●●  
生年月日 0000年 00月 00日  
性別 ●  
資格取得年月日 0000年 00月 00日

事業所名称 ●●●●●●●●●●

保険者番号 000000000000

健康保険

被保険者・被扶養者の選択画面  
が表示された方は、該当するボタ  
ンを選び、「次へ」をタップ  
※従業員の方は健康保険の「被保険者」です

← ご所属先の登録

被保険者・被扶養者を選択してください。わからない場合は、ご自身の保険証の記載をご確認ください。

被保険者

被扶養者

次へ

ご所属の健保組合・共済組合  
名が正しく反映されたことを  
確認し、「登録を完了」をタップ

← ご所属先の登録

ご所属先の団体コードを入力することで、ご利用いただけるサービスが拡大します。

〇〇〇〇健康保険組合

+ ご所属先の追加

ご所属先を複数ご登録いただくことで、契約内容に応じたサービスをご利用いただけるようになります。

登録を完了

※ご所属先名が異なっている場合は、ご所属先名の横の削除アイコンで削除のうえ、改めて団体コードを入力してください

※お一人あたり最大4団体(勤務先1、所属健保組合・共済組合1、会員サービス2)を紐づけすることができます

# STEP3

## 新規ユーザー登録（家族招待）

ユーザー登録時に「みんなの家庭の医学」アプリと一緒に使いたい家族を招待する

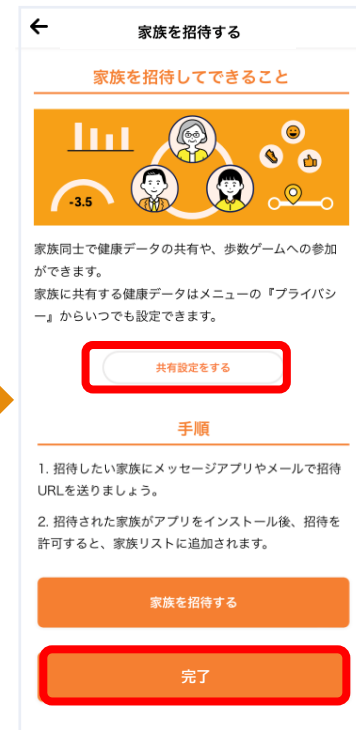
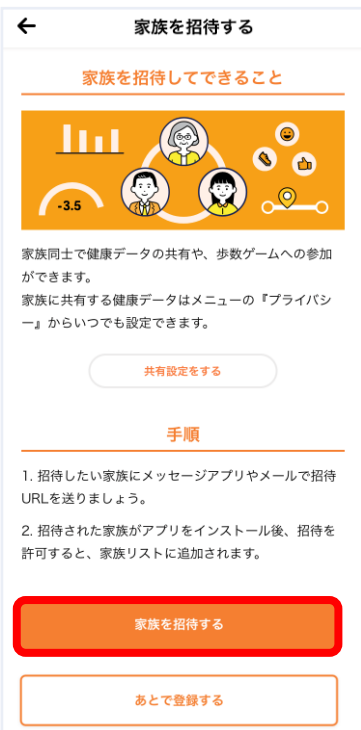
「家族を招待する」を  
タップ

招待したい  
家族の続柄を選択

選んだ招待方法で  
送信後「←」をタップ

必要であれば  
共有設定をし、  
「完了」をタップ

登録完了  
みんなの家庭の医学を  
ご利用ください



※ユーザー登録後も家族招待、共有設定の変更ができます

# STEP4

## 相談サービスの確認と切り替え

### 利用可能な健康相談サービスの確認と切り替え

ホーム画面左上のメニュー  
(≡)を開く



相談サービスが利用できる場合、アカウント情報の上部に、相談サービスを提供するご所属先名と相談の種類が表示されます



相談サービスが利用できのご所属先が2つ以上ある場合は、ご所属先名の横にマークが表示されます。マークをタップし、利用したい相談サービスを切り替えます



マークをタップすると、相談サービスを提供するご所属先と、その相談の種類が一覧で表示されます。

ホーム画面および健康相談画面は、選択したご所属先に応じて切り替わります。

## **iPhone/Android**

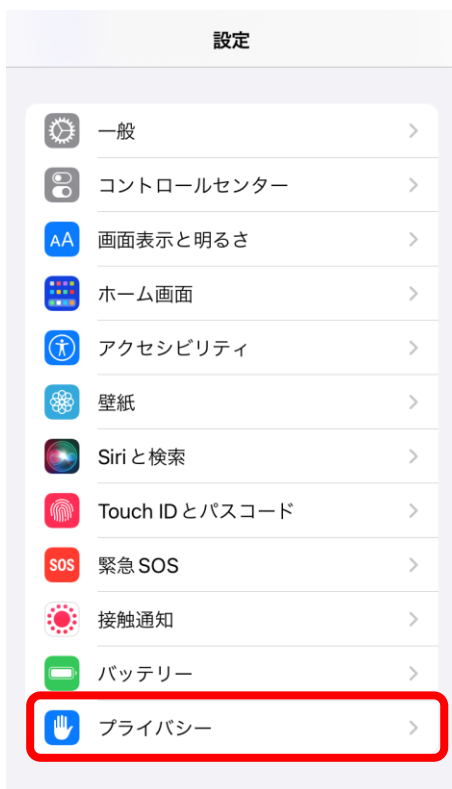
ユーザー登録後の歩数連携



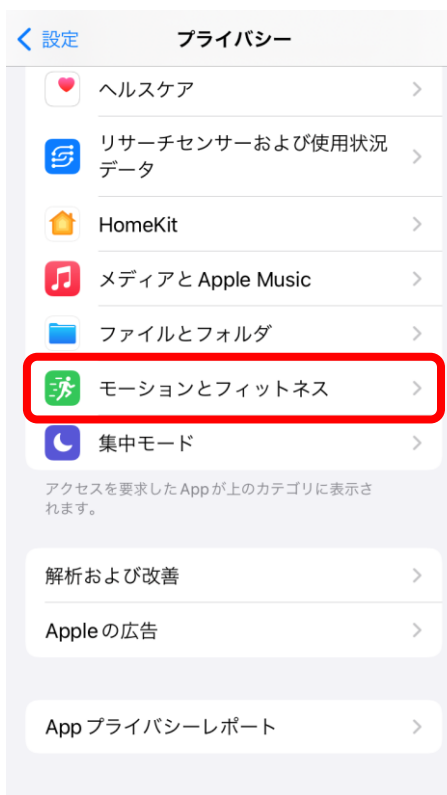
端末側で歩数カウントできるように設定する ※設定済みの場合は次ページへ

※iPhone5cおよびiPhone5以前の端末は、歩数の自動連携ができません。あらかじめご了承ください。アプリ「記録」から歩数を手入力することができます

端末の設定を開いて  
「プライバシー」をタップ



「モーションとフィットネス」をタップ



「フィットネストラッキング」  
「ヘルスケア」をオンにする



「みんなの家庭の医学」アプリに歩数を連携する ※次ページへ続く

「みんなの家庭の医学」アプリ  
左上メニュー内「歩数連携」  
もしくはライフログ歩数内「スマホの  
歩数データを連携する」をタップ



「歩数を連携する」をタップ



iOS標準搭載アプリ  
「ヘルスケア」へ移動し、  
「歩数」をタップ



## 「みんなの家庭の医学」アプリに歩数を連携する

歩数メニュー下部の  
「データソースとアクセス」を  
タップ



「家庭の医学」をオン



アプリに戻り、  
データ反映を確認



端末側で歩数カウントできるように設定する ※設定済みの場合は次ページへ

※歩数の自動連携ができない端末もございます。あらかじめご了承ください。アプリ「記録」から歩数を手入力することができます

「Google Fit」をダウンロードし、  
身体活動の記録をオンにする



「Google Fit」ダウンロード済みで  
身体活動の記録がオフの場合

- ①Android端末で設定アプリを開く
- ②アプリと通知→Google Fitをタップ
- ③権限→身体活動→許可をタップ
- ④Google Fitを開く
- ⑤画面下部のプロフィールをタップ
- ⑥画面上部の設定アイコンをタップ
- ⑦記録の設定でアクティビティの記録をオン

インストールされている端末の  
歩数を自動カウントするアプリです

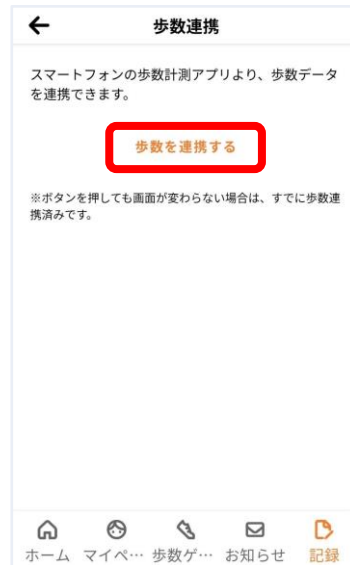
ご利用の端末によって操作方法が異なります。  
操作方法がわからない場合は、Google公式サイトもしくは端末説明書をご覧ください  
<https://support.google.com/fit/?hl=ja#topic=6075053>

### 「みんなの家庭の医学」アプリに歩数を連携する

アプリメニュー「歩数連携」  
もしくはライフログ歩数  
「スマホの歩数データを  
連携する」をタップ



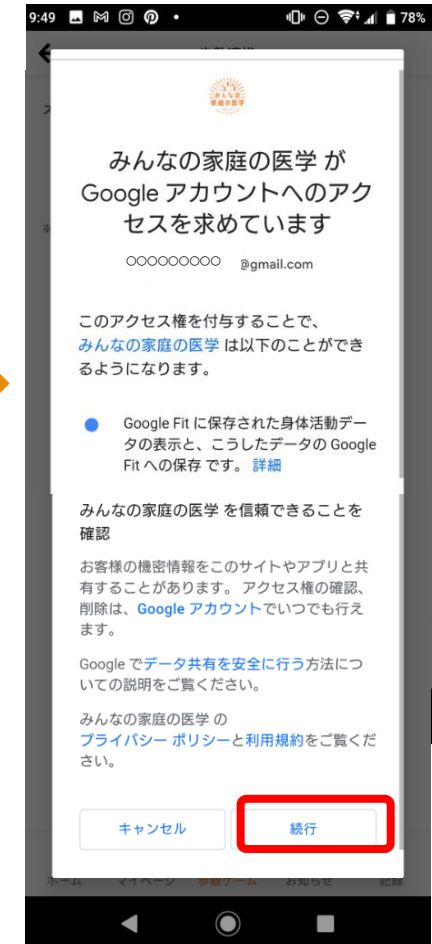
「歩数を連携する」を  
タップ



Googleアカウントへ  
サインイン



「続行」をタップで完了  
アプリでデータ反映を確認



## ユーザー登録後の家族招待



# ユーザー登録後の家族招待

ユーザー登録時に「みんなの家庭の医学」アプリと一緒に使いたい家族を招待する

【未招待の場合】  
マイページトップ  
「家族を招待する」を  
タップ

【招待済みの場合】  
マイページトップ  
「家族一覧」→  
「+追加」をタップ

招待したい家族の  
続柄を選択、  
選んだ招待方法で送信

招待した家族が登録後、  
家族一覧に表示  
必要であれば共有設定

家族一覧で招待した  
家族名をタップ、  
共有された項目を確認



## よくある質問・問い合わせ先





## よくある質問・問い合わせ先

「みんなの家庭の医学」ご利用にあたってのよくある質問は、下記URLにアクセスのうえご確認ください



<https://kateinoigaku.jp/help>

メールでのお問い合わせは [kateinoigaku-support@hkdfc.com](mailto:kateinoigaku-support@hkdfc.com) までご連絡ください。  
土日祝日をのぞく営業日に順次ご返信いたします。混雑時はご返信に数日お時間をいただく場合がございます。  
あらかじめご了承ください。



保健同人フロンティア  
HOKENDOHJIN-FRONTIER

[www.hokendojin.co.jp](http://www.hokendojin.co.jp)