

スマートフォン用アプリによる健康状態の記録 (スマートフォン用アプリ「健康日記」の使用方法)

本書の①～③の手順に沿って毎日の健康状態を記録してください。

- ① スマートフォン用アプリケーションのインストール
- ② 初期設定, アカウントの作成
- ③ 毎日の健康状態を記録

① スマートフォン用アプリケーションのインストール

- 1 下記のWebサイトにアクセスし、スマートフォン用アプリケーションをインストールします。

株式会社ヘルステック研究所
スマートフォン用アプリケーション「健康日記」

<https://www.htech-lab.co.jp/covid19/>



新型コロナの
健康観察を
アプリで簡単に

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が疑われる場合のチェック項目を各自が登録し、管理できるアプリの無償提供を開始しました。

利用説明（動画）

説明資料

今日もお疲れ様です。
過去の歩数を見てみて、歩数が多かった日に何をしていたか思い出

健康フォローアップ特設ページ

健康フォローアップ特設ページ

データ一覧

データ送信画面へ 新規入力

Download now

無料でお使いいただけます。健康データはデバイス内で管理され、弊社は収集いたしません。

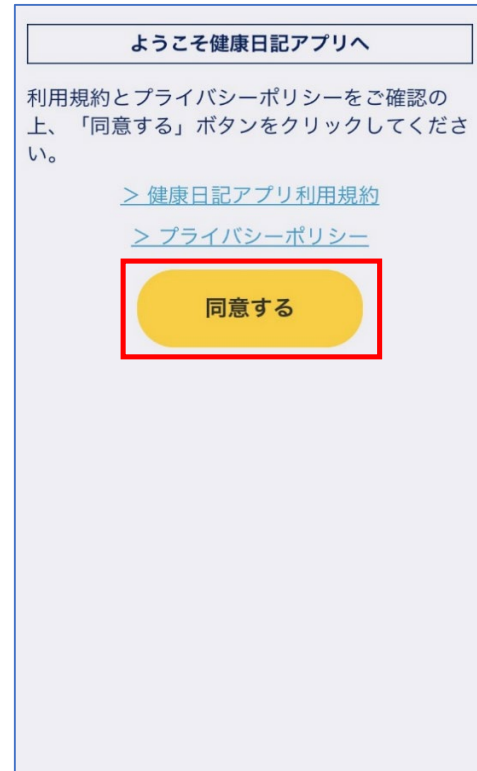
Download on the App Store

GET IT ON Google Play

以上で、『① スマートフォン用アプリケーションのインストール』は完了です。

② 初期設定, アカウントの作成

- 1 インストールしたアプリケーションを起動します。
- 2 「言語設定」, 「プライバシーポリシーへの同意」を行います。



- 3 「新規登録」を選択して、アカウントを作成します。
メールアドレスを入力して、任意のパスワードを設定します。



- 4 ログイン後、利用者情報を登録します。

ようこそ健康日記アプリへ

下記の情報を入力して「設定する」ボタンをタップしてください。
※後ほど変更も可能です。

ニックネーム
※集計用のIDを保健所や企業・学校から指定されている場合は、そのIDを入力してください。

生年月日

性別

お住まい

職種

全ての項目を入力してください

ニックネームのみ入力必須です。
生年月日から下の項目は任意です。
(入力しなくても利用可能です。)

- 5 ここまでの設定が完了すると、次のようなトップページが開きます。

おはようございます。
暑い季節が続きます。歩く際は、のどが渴いたと感じる前に

健康フォローアップ特設ページへ

歩数 0 歩

体重 0 kg

血圧 0/0 mm Hg

血糖 0 mg/dL

本日のスケジュール

HOME 手帳 健康データ 健診結果

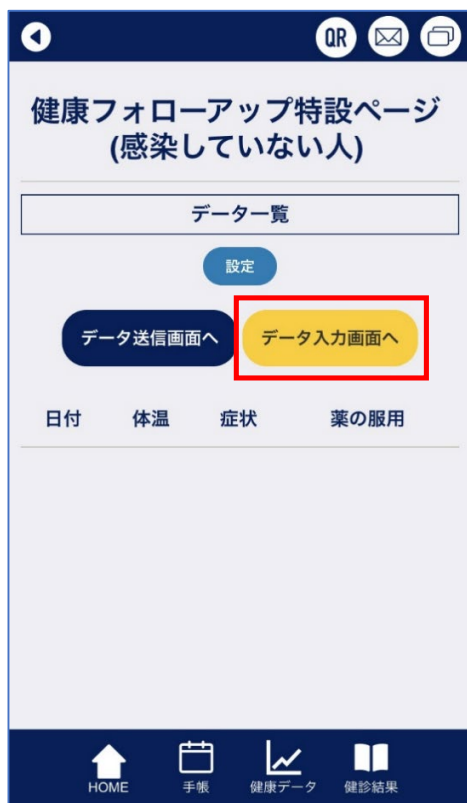
以上で、『② 初期設定, アカウムの作成』は完了です。

③ 毎日の健康状態を記録

- 1 トップページから「健康フォローアップ特設ページ」へ進んでください。



- 2 次のように「健康フォローアップ特設ページ」の画面が開きます。
「データ入力画面へ」を選択します。



初回利用の場合は下記の設定画面が開きます。
任意で設定して「保存する」を選択します。



- 3 健康状態を記録するための画面が開きますので、内容を入力して、「保存する」を選択します。その日の健康状態が記録されていきますので、**毎日欠かさず記録してください。**

健康フォローアップ特設ページ
(感染していない人)

データ入力画面

同じ日付で入力した場合、最後に入力されたデータで上書きします。

日付 2020/05/01

体温 36.0 °C
※朝・夕2回の体温測定が推奨されています。1日の最高体温を記録してください。

せき 有り 無し

息苦しさ 有り 無し

※感染症（風邪や肺炎など）に関係する薬以外については「いいえ」にしてください。

本日、感染症の検査をしましたか？
した
 しなかった

検査 検査をした場合、結果はいかがでしたか？
陽性だった
陰性だった
まだ分からない（結果が分かりましたら情報を更新してください）

保存する

健康フォローアップ特設ページ
(感染していない人)

データ一覧

設定

データ送信画面へ データ入力画面へ

日付	体温	症状	薬の服用
5/3	36.0°C		無 ▶
5/2	36.0°C	鼻水	無 ▶
5/1	36.0°C		無 ▶

HOME 手帳 健康データ 健診結果

HOME 手帳 健康データ 健診結果

このようなメッセージが表示されますが、メール送信は不要です。

データを保存しました。データ送信画面から、健康観察データをメール送信してください。

注意：記録したデータはスマートフォン内のみで管理されます。本人がその意思に基づき自ら外部に送信しない限り、外部へのデータ送信はされません。

以上で、『③ 毎日の健康状態を記録』は完了です。
毎日欠かさず健康状態を記録してください。