

アプリで健康になろう!!

# kencomで歩いて 楽しみながら健康生活!

当組合が導入している「kencom」を活用していますか？

kencomは「楽しみながら、健康に」を目的とした組合加入者様向けのICTサービスです。

スマートフォンで登録したら、パソコンでもご利用いただけます。（無料）  
ログインするだけでポイントも貯められるのでこの機会にぜひご登録ください。



## kencomの4つの特徴

### ヘルスケア関連の 記事が毎日届く

年齢や性別・健診結果等を基に、あなたにあった健康トピックス等が表示されます。仕事や美容等の記事をご用意しています。



### 歩数や体重など カラダの変化を記録できる

歩数や体重等の身体にまつわるデータを記録できます。歩数等は自動連携も可能で、運動や体調の管理に役立てられます。



### 生活習慣病の 発症リスクを予測できる

健診の値から将来の生活習慣病の発症リスクを天気予報の様に確認できます。発症リスク改善のシミュレーションも可能です。



### ポイントを貯めて ギフト券と交換できる

ログインや歩数・体重の記録などによりポイントが獲得できます。貯まったポイントはギフト券に交換可能です。



😊 \ 他にもこんな機能があります! /

- ウォーキングイベント『みんなで歩活』
- 健康活動での育成ゲーム『エアモの部屋』

- 健診結果閲覧
- 医療費のお知らせ閲覧
- 行動目標の達成記録『行動メニュー』

## kencomの始め方

### 1 二次元コードから アプリをダウンロード

二次元コードを読み取り、アプリをダウンロードしてください。



### 2 健康保険・共済組合 または会社を選択

kencomアプリを起動させて新規登録をはじめると、健康保険・共済組合または会社を選択してください。



### 3 団体ID欄に 保険者番号を入力

団体ID入力欄には保険者番号を入力してください。保険者番号は、マイナポータル等(※)で確認できます。

※保険証利用登録済みのマイナポータル、資格情報のお知らせ、資格確認書



### 4 kencomの登録完了! まずはログインを。 ポイントを貯めよう!

使う・貯めるご利用などにアクセスするには、健康保険の資格情報のご登録が必要です。メニュー画面からご所属の団体・組合名をタップしてください。



Kencom(ケンコム)は、組合などが提供する総合ヘルスケアウェブサービスです。組合などから業務委託を受けたDeSCヘルスケア株式会社(DeSCヘルスケア)が運営しています。 <https://www.desc-hc.co.jp/>



DeSCヘルスケア株式会社は、情報セキュリティ対策の実施、情報適切な管理の徹底を行うとともに個人情報的重要性を鑑み、保険医療福祉分野のプライバシーマークの認証を取得しています。



ジェイアールグループ健康保険組合