

健診結果管理システム 「わかるとかわる[®]」 サービスのご紹介



健診結果を分かり易く。
結果判定に応じた行動で、明るい未来を！

1. わかる（健診結果管理システム）



① 健診結果管理システム・ユーザ版

インターネット上で最新の健診結果や過去データを閲覧するシステムです。
健診結果管理システムでは、受診した健診機関が変わったとしても、
同じ基準で結果データを経年確認することが可能です。

経年結果表示が可能
(異なる健診機関でもOK)

【ダッシュボード】



最新の
健診結果サマリー
を表示

健診結果
を見る

【健診結果】

項目	2023/04/19	2022/04/27	2021/04/16	2020/05/29	2019/06/18	参考範囲
総コレステロール	6.8	7.3	7.3	6.8	6.9	5.5~7.5
アルブミン/g/dl	4.5	4.6	4.6	4.5	4.6	3.9~
A/G比率	2.10	1.95	1.92	1.96	2.00	1.30~2.30
総ビリルビンmg/dl	1.0	1.2	1.7	0.9	0.8	0.5~1.2
AST(GOT)IU/L	16	23	19	10	10	~30
ALT(GPT)IU/L	12	22	10	12	11	~30
ALP(JKCK)IU/L						
ALP(JKFC)IU/L	38	44	45			
LDHmg/dl	122	140				
γ-GT(U/L)	17	22				
HbA1c(%)	-	-	-	-	-	
HCV抗体	-	-	-	-	-	
尿酸	A	E				
総コレステロール(mmol/L)	1.85	1.90				
HDLコレステロール(mmol/L)	0.6	0.5				
LDLコレステロール(mmol/L)	0.8	1.0				
非HDLコレステロール(mmol/L)	1.15	1.65				
中性脂肪(mmol/L)	1.14	0.81	0.6			
糖化血红蛋白(HbA1c)(%)	C	A	A	A		
空腹血糖(mmol/L)	101	95	95	90	92	70~99
ヘモグロビンA1c(NGSP)(%)	5.4	5.2	5.3	5.1	5.1	4.6~5.8
収縮期血圧(mmHg)	119	95	90	102	96	~120
拡張期血圧(mmHg)	84	80	80	80	84	~94
収縮期血圧(2回値)(mmHg)	84	84	90	90	88	~120
収縮期血圧(2回値)(mmHg)	87	86	90	85	84	~94
収縮期血圧(平均)(mmHg)	97	94.5				
拡張期血圧(平均)(mmHg)	85.5	83				

健康状態の変化が
ひと目でわかる！

② ダッシュボード（最新の健診結果）

受診した健診機関の医師からのコメントや、所属団体からの重要なお知らせなどを確認できます。

最新の健診結果

あなたの生活習慣 ▼

健診機関の受診情報

受診日 2023/07/04 健診機関名 わかるとわかるクリニック 受診コース 生活習慣病健診 医師名 わかる太郎

医師からの診断コメント
所見が認められます。
診断を確かめるために、早めに医療機関を受診し、詳しい検査を受けてください。

あなたの健診結果

**要医療項目**

血液一般

FF

呼吸器

FF

脂質

E

判定記号説明

FF 要医療検査

F すでに再検査

EE 血液検査

E 要医療

**要注意項目**

体格

D

血圧

D

眼科

C

糖代謝

C

判定記号説明

DD 経過観察要

D 経過観察要

CC 経過観察要

CC 経過観察要

C 日常生活に注意

※本健診結果情報は健康管理をサポートするための情報であり、健診機関とは別に所属団体による独自の判定結果等を含みます。受診した健診機関の健診結果を基に作成した結果であり、再検査、要医療などの表示には必ず従ってください。但し、胸部・腹部・腰部・心臓部・CT検査等画像・血液検査の一部は健診機関の判定となります。他の結果画面ではデータの掲載を参考にしていただき自身の健康管理にお役立て下さい。

注）また、経過観察中（DD）・治療中（EE）の方は、人間ドック学会の指針等に準拠した判定表記となっておりますので主治医の下で経過観察、治療を継続ください。

健診結果を見る →

健診機関の受診情報

受診した健診機関の情報と、健診機関の
医師からの診断コメント（指摘事項）を表示

要医療項目・要注意項目

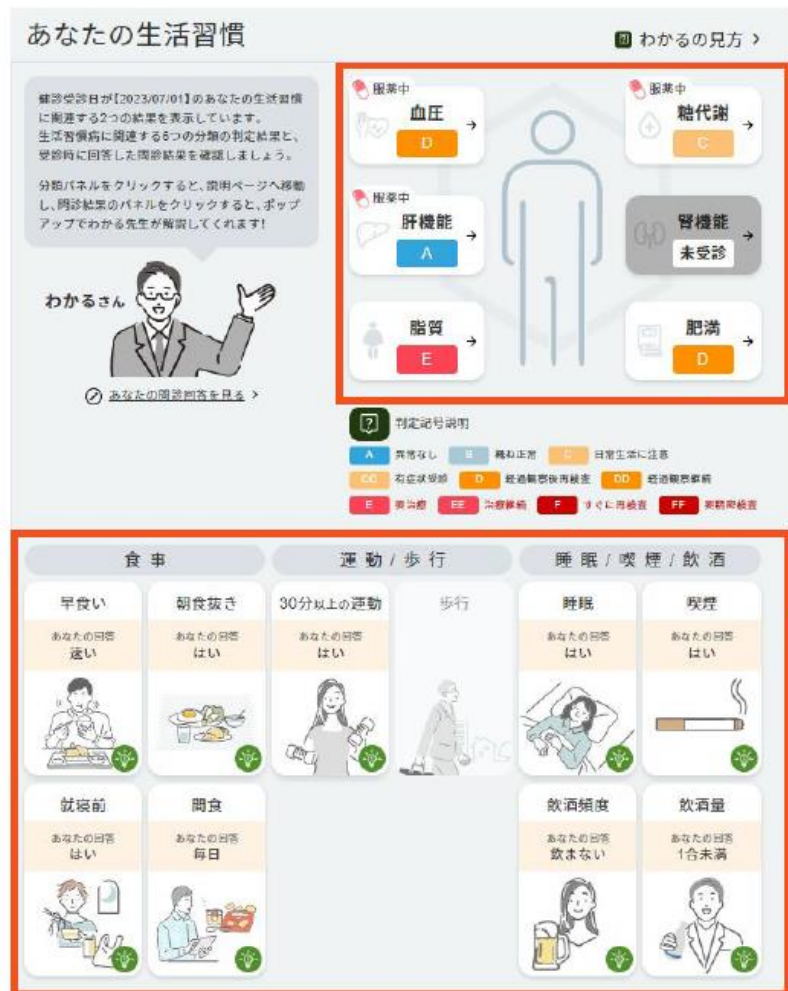
健診結果の中に、「**E判定（要治療）**」以上がある場合、その検査項目を**要医療項目**の欄に表示

健診結果の中に、「**C判定（日常生活に注意）**」以上がある場合、その検査項目を**要注意項目**の欄に表示

リスクのある項目が一目で確認できます。

③ ダッシュボード（あなたの生活習慣）

生活習慣病に関連する分類別の健診結果判定や、健診受診時に回答した問診内容を確認できます。



生活習慣病に関連する6つの分類

生活習慣病に関連する6つの分類（**血圧、糖代謝、肝機能、腎機能、脂質、肥満**）の判定結果を表示
問診で服薬歴のある方は、服薬中のアイコンを表示

生活習慣に関連する問診の回答

生活習慣に関連する**10個の問診の回答結果**を表示
各パネルをクリックすると、**問診の解説**を確認できます

④ ユーザ版の主な機能

ユーザ版の主な機能をご紹介します。結果の閲覧の他、検査項目説明などの健康情報も確認できます。

健診結果管理システム
「わかるとかわる」
ニデック健康保険組合

ダッシュボードまるわかり！
わかるの仕方 >

本健診結果情報は健康管理をサポートするための情報であり、健診機関とは別に所属団体による独自の判定結果等を含みます。
受診した健診機関の健診結果表を確認していただき精密検査、再検査、要治療などの指示には必ず従ってください。

わかる
ダッシュボード
最新の健診結果
あなたの生活習慣
検査項目説明
疾病説明

現在表示できる健診結果はありません。
※画面の結果表が届く時期とシステムに検査結果が反映される時期は異なります。
登録までにお時間がかかる場合がございますので、予めご了承ください。

1 健診結果

- ・単年結果
- ・経年結果
- ・二次健診
- ・医療機関判定

の各タブをクリックすると
健診結果が閲覧できます。

グラフで経年推移が確認できます。



2 健診受診履歴

システムに登録された
経年の健診結果一覧です。
「健診結果を見る」を
クリックすると、健診結果
閲覧ページに遷移します。

健診受診履歴

※この画面は、健診結果を閲覧するための画面です。健診結果を閲覧する場合は、健診結果一覧から健診結果を選択してください。

健診年度	健診機関	健診結果	健診結果を見る
2012年度	ニデック健康保険組合	健康	健診結果を見る
2011年度	ニデック健康保険組合	健康	健診結果を見る
2010年度	ニデック健康保険組合	健康	健診結果を見る

3 健診結果自己入力

ご自身で健診結果を
入力・編集・管理ができる
自己管理用の機能です。
自己入力した結果には
🏠 アイコンがつきます。

健診結果自己入力(基本情報) [?] 健診結果自己入力

※この画面は、健診結果を自己入力するための画面です。健診結果を自己入力する場合は、健診結果自己入力から健診結果を選択してください。

健診年度: 年 月 日

健診コース:

健診機関:

4 検査項目説明・疾病説明

検査項目説明は、各検査の目的や検査方法など、
疾病説明は、生活習慣関連の疾病とその予防法・
治療法などの情報をまとめています。

サポート動画で正しい生活習慣を学べる。
できることから始めて、かわる未来を応援！

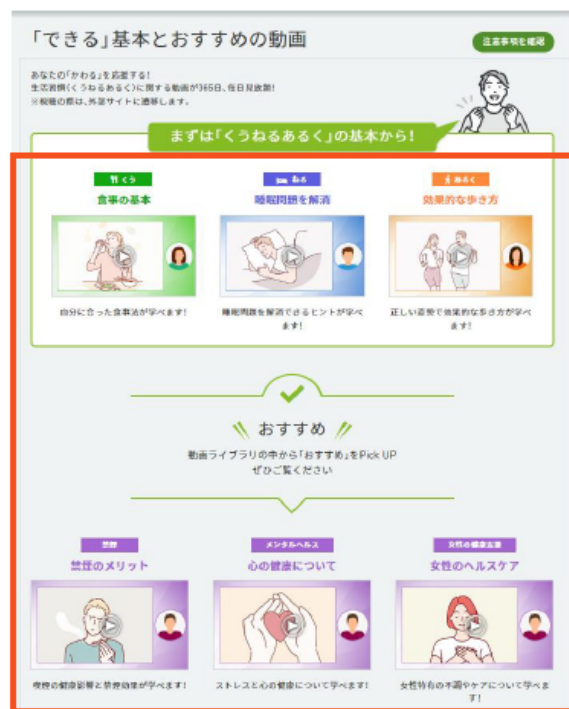
2. できる（生活習慣改善サポート）



① できるについて

正しい生活習慣（くうねるあるく）の積み重ねが、健康で明るい未来を作ります。

「できる」は、生活習慣をサポートする動画で正しい生活習慣が学べます。



動画が365日、毎日見放題！

生活習慣（くうねるあるく）に関する動画が視聴できます。

※外部の動画配信システムを利用しています。

※常設動画の他、毎年1回内容が更新される動画も含まれます。

※動画のバックナンバーは残りません。

「くうねるあるく+ふせぐ」とは

当社が運営するサービスで、毎日必ず行う3大生活習慣「食べる・寝る・歩く」と、感染予防・疾病予防「ふせぐ」に着目した健康づくり事業です。正しい「くうねるあるく」を学ぶことで、自分で自分の健康をつくるチカラ・健康リテラシーの育成を目的としています。

「できる」では、過去に実施した「くうねるあるく」で好評の動画アーカイブや一部を改編した動画を公開しています。



② 動画の種類

動画ライブラリその他、サービスを説明するダイジェスト動画、外部リンクの動画も紹介しています。

「できる」ダイジェスト動画

視聴時間：1分程度

「できる」の動画ライブラリがどのようなサービスなのかを簡単に説明するダイジェスト動画を視聴できます。

外部動画共有サイト：Vimeo（ビメオ）



「動画ライブラリ」動画

視聴時間：1本につき15～30分程度

サムネイル画像をクリックすると、各動画を視聴できます。タイムアウトエラー防止のため、間をおかずご視聴ください。

外部動画配信システム：Mediasite（メディアサイト株式会社）



外部リンク

厚生労働省の情報提供サイト「こころの耳」「e-ヘルスネット」への外部リンクバナーも掲載しています。



行政機関からも、健康増進に役立つ様々な健康情報や動画が公開されています。ぜひ活用してみてくださいね！

厚生労働省による情報提供サイト「こころの耳」「e-ヘルスネット」にリンクします。

