

日新電機健康保険組合から被保険者（任意継続者除く）の皆様へ

## ウェアラブルデバイスで皆さんの健康づくりを支援！

～ ウェアラブルデバイスをカフェテリアプラン対象に追加 ～

この度、日新電機健康保険組合は、厚生労働省、日本健康会議、経済産業省が主導する「2018年度版 健康スコアリングレポート」において特定健診・特定保健指導の実施状況が1375組合中、17位のスコアを得ることが出来ました。

これを記念するとともに、ますます健康増進に取り組んでいただくため、被保険者を対象として、健康管理に役立つウェアラブル・デバイスを期間限定特別価格で頒布し、カフェテリアプランメニューで90%の補助率で補助金支給することにしました。

### 自分の生活習慣（運動・睡眠 等）を「見える化」しよう

～あなたのスマホが健康管理ツールに大変身～

(1) Charge 3（左写真の右部分）

【特徴】2018年10月発売の Charge シリーズ最新モデル

【機能】①歩数、移動距離の測定 ②水泳対応の防水機能  
③睡眠の時間・質の測定 ④7日間電池が持つ低電力タイプ⑤タッチスクリーン採用⑥時計、メール通知機能ほか

(2) Versa（左写真の左上部）

【特徴】スマートウォッチタイプ

(3) Ionic（左写真の左下部）

【特徴】スマートウォッチタイプ最上位機種

Versa



Charge3



Ionic



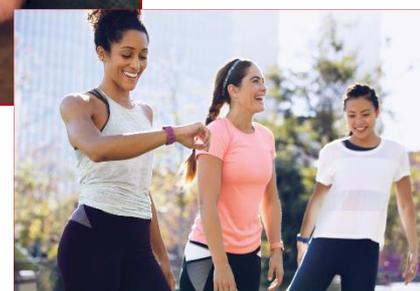
Fitbit って・・・？



Fitbit は高度なセンサーおよびワイヤレス技術を活用したフィットネスと健康管理のためのウェアラブル製品や健康アプリを開発しており、この分野で世界トップシェアの会社です。

スマホと Bluetooth で連携することにより様々な機能を提供しています。

<http://www.fitbit.com/jp>



## ウェアラブルデバイスで変わる世界

### — その1 — 歩数を管理し、意識改善!

ただ着けているだけ。  
毎日の歩数がいつもすぐ見えている。  
すると、少ない日には一駅前で降りたくなるかも。  
さらに心拍数で適度な運動負荷も意識できて効率的!



### — その2 — 睡眠も管理をしよう!

日々のパフォーマンスを上げるには、良質で十分な睡眠が必要です。

Fitbitは就寝時の身体の動きと心拍数のデータを解析することで、より正確な4段階の睡眠ステージを計測します。(深い睡眠、浅い睡眠、レム睡眠、目覚めた状態)



## 《TOPメッセージ》

健康スコアリングレポートによると、私たちの健保組合加入員は、健康状況は相対的に良好な状態にあるものの、生活習慣、特に睡眠と運動に改善の余地があることが分かりました。睡眠と運動の状況は生活習慣病やメンタル面に直結する要素であり、その改善は非常に重要です。

ところが、生活習慣の悪化がのちのち重篤な病気の原因になることは情報として知っていてもなかなか継続して改善しにくいものです。

そこで、身に付けさえすれば、自分の状態を常時モニタリングしスマホ等で確認できるツールを導入することにしました。スマートウォッチ機能もあり楽しんで生活習慣の改善に取り組んでいきましょう。



日新電機健康保険組合  
理事長 林 明範

## <購入方法等について>

特別価格頒布期間：平成31年2月1日から平成31年3月31日まで

頒布方法：① 全社総合案内または電子メールでご案内するURLをクリックし販売サイト(株)美貴本へアクセス。(日新電機健保組合向け特別価格で購入するにはクーポンコードが必要)

② 販売サイトでの決済には、クレジットカードが必要です。

③ 購入商品は、Fitbit販売総代理店の(株)美貴本より宅配便にて届きます。

カフェテリアプランの申請：90%の補助率を受けるには条件があります。詳しくは健保組合ホームページのFitbit Q&A集をご覧ください。

【問合せ等】その他の頒布に関する問合せは、日新電機健康保険組合へ