

<目次>

1. kencomについて	・・・	P.2
2. 初回登録について	・・・	P.3
3. 各種設定について	・・・	P.5
4. 健診結果閲覧について	・・・	P.6
5. 医療費通知について	・・・	P.7
6. ポイントについて	・・・	P.8
7. 歩数管理について	・・・	P.9
8. みんなで歩活について	・・・	P.11
9. その他	・・・	P.11

1. kencomについて

Q. 「kencom(ケンコム)」とは何ですか？

健保組合の新しい個人別健康ポータルサイトです。

A. 「kencom」は、「楽しみながら健康に！」をテーマに、従業員やご家族(19歳以上の被扶養者)が自分のID・パスワードでログインして、パソコンやスマホからいつでも無料で使える健康支援Webサービスです。

Q. kencomの利用対象者の範囲を教えてください。

A. JSR健保組合の被保険者、被扶養者の方が対象です。(ご利用年度の3月末時点で19歳以上)

	被保険者(本人)		被扶養者(家族)		
	0歳～18歳	19歳 [※] ～74歳	0歳～18歳	19歳 [※] ～39歳	40歳～74歳
登録・ログイン	×	○	×	○	○
健診閲覧コード	×	○	×	○	○
閲覧	医療費通知	×	☆	☆	☆
	お薬履歴・ジェネリック差額	×	★	★	★
	健診履歴	×	○	×	利用検討中

○…対象

☆…被保険者のID・健診閲覧コードで、世帯全員分を閲覧できます。

★…ご自身のID・健診閲覧コードで、ご自身の情報を閲覧できます。

△…特定健診を受けられた方またはパート先の健診結果を健保に提出いただいた方は閲覧できます。

×…対象外

※年度末で19歳に到達する方

2. 初回登録について

Q. 会社支給のスマホで利用できますか？

A. JSR名義は、利用できます。

グループ企業名義は、利用できません。パソコンまたはご自身のスマホからご利用下さい。

Q. 会社のパソコンで利用できますか？

A. 利用できます。kencomのURL (<http://kencom.jp>) へアクセスしてご利用下さい。

Q. ガラケーで利用できますか？

A. ガラケーでは利用できませんので、パソコンまたはスマホからご利用下さい。

Q. タブレット端末で利用できますか？

A. web環境でご利用下さい。

Q. 海外から利用できますか？

A. セキュリティの関係で海外からは利用できません。

Q. ログイン時のメールアドレスは会社のアドレスを設定しなければいけませんか？

A. メールアドレスに制限はありませんので、私用のスマホ、パソコン等のアドレスでも登録できます。

Q. 家族(夫婦)で登録したいのですが、1つのメールアドレスで2人分の会員登録をすることはできますか？

A. 会員登録には、1人につき1つずつメールアドレスが必要になります。例えば、2人で登録したい場合、メールアドレスは2つ必要となります。セキュリティ保護の観点からこのような仕様となっております。

Q. 初回登録キャンペーンのAmazon500円券や、紹介キャンペーンのAmazonギフト券はどのように確認すれば良いですか？

A. アプリの場合：ポイント→kencomポイントの詳細はこちら→ギフト券履歴を見る
PCブラウザの場合：kencomポイント→ギフト券履歴を見る

Q. 紹介キャンペーンの期間を過ぎても登録はできますか？

A. 登録できます。但し、kencomポイントは付与されますが、Amazonギフト券は付与されません。

	招待する側		招待された側	
	Amazonギフト券	kencomポイント	Amazonギフト券	kencomポイント
キャンペーン 期間中の登録	○	○	×	○
キャンペーン 期間外の登録	×	○	×	○

3. 各種設定について

Q. 新規登録後、スマホの機種変更でメールアドレスが変わりました。どのようにすればいいですか？

A. kencomトップページにあるメニュー内の「kencom各種設定変更」から変更して下さい。

Q. 行動目標の文言を自分で作成できますか？

A. ご自身で作成することはできません。所定の目標(40項目以上)の中から目標を選択して下さい。

4. 健診結果閲覧について

Q. 健診閲覧コードがわかりません。

A. 健保からお送りしている健診閲覧コードハガキをご覧ください。紛失された方は、健保組合までご連絡下さい。

Q. kencomで閲覧できる検査項目は何ですか？

A. kencomでは特定健診項目の結果が閲覧できます。(一部それ以外の項目が表示されている方もあります。)

kencom表示項目	特定健診項目	kencom表示項目	特定健診項目
問診	○	γ-GT(γ-GTP)	○
身長	○	空腹時血糖	○(★)
体重	○	HbA1c(NGSP値)	○(※)
腹囲	○(※)	尿糖	○
BMI	○	尿蛋白	○
内臓脂肪面積	×	血清クレアチニン	×(※)
収縮期血圧	○	eGFR	×(※)
拡張期血圧	○	血清尿酸	×(※)
中性脂肪	○	赤血球数	×(※)
HDLコレステロール	○	血色素量(Hb)	×(※)
LDLコレステロール	○	ヘマトクリット値	×(※)
AST(GOT)	○	心電図	×(※)
ALT(GPT)	○	眼底検査	○(※)

※35歳以上の方や一部の方のみ表示されます。

★食後の方は、随時血糖に該当するため、数値は表示されません。

5. 医療費通知について

Q. 医療費通知、ジェネリック差額通知について、被扶養者は閲覧できませんか？

A. 一部、被保険者の画面でご覧頂けます。

区分	被保険者		被扶養者	
	0~18歳	19~74歳	0~18歳	19~74歳
医療費通知	-	○	○	○
お薬履歴・ジェネリック差額	-	○	-	○

○・・・被保険者のID・健診閲覧コードで、世帯全員分を閲覧できます。
 ○・・・ご自身のID・健診閲覧コードで、ご自身の情報を閲覧できます。
 ※年齢は、ご利用年度の3月末時点で判断

6. ポイントについて

Q. kencomポイントとは何ですか？

- A. 毎日のログインやイベント参加など、kencomを利用することで貯まるポイントです。ポイントを貯めるとWeb上で抽選ができ、当選すると電子マネー（nanacoギフト・Amazonギフトなど）がもらえます。抽選は1,000ポイントごとにチャレンジできます。

Q. kencomポイントの付与はどのようにされますか？

- A. ログイン時やイベントでミッションを達成した場合等に付与されます。

項目	付与対象	付与ポイント
ログイン	ログインで付与	100Pt/日
イベント・キャンペーン	ミッション達成で付与	適宜
お友達招待	招待された方がkencomに登録すると付与	1,000Pt (招待した人された人それぞれに)
記事の閲覧	初めて5記事閲覧で付与	1,000Pt (初回のみ)
歩数の記録	初めて歩数登録をしてから5日間登録で付与	1,000Pt (初回のみ)
アプリダウンロード	アプリダウンロード後に初めてログインしたら付与	1,000Pt (初回のみ)

Q. kencomポイントの有効期限はありますか？

- A. 有効期限は、最後にポイントを取得もしくは使用した日から90日間です。

7. 歩数管理について

Q. 歩数はどのように測定・記録したらいいですか？

- A.
- 自動で歩数記録する場合
KenCoMアプリをご利用の場合、歩数は自動で記録されます。歩数の自動記録が確認できない方は「スマートフォンのKenCoMアプリで歩数測定がされません」をご確認ください。

 - 手入力で歩数記録する場合
KenCoMアプリをご利用の場合、「歩数データ」のページ右上の編集ボタンから手入力で歩数を記録できます。
パソコンのブラウザからご利用の場合、[こちら](#)から手入力で歩数を記録できます。
- ※パソコンまたはアプリから歩数を手入力した場合、その日の歩数を自動記録の歩数に戻すことはできませんのでご注意ください。
- ※アプリで自動計測した歩数があった場合でも、歩数を手入力すると、手入力した歩数データを正しい記録として保存されます。

Q. kencomアプリで歩数が測定されません。

A. ■ iPhoneをご利用のお客様
iPhoneをご利用の方は、以下手順にて設定をおこなってください。

1. iPhoneの【ヘルスケア】アプリを起動
※iOS8以上からiPhoneに搭載されているアプリです
2. [ダッシュボード]→[歩数]をタップ
※[ダッシュボード]にデータがない場合は、先に「ヘルスケア」データから[歩数]→[ダッシュボードに表示]を有効に設定してください。
3. [データを共有]からKenCoMへの共有をONにしてください
4. その後、歩数が測定されるとKenCoMアプリでも歩数の確認が可能となります

■ Androidをご利用のお客様
以下の条件を満たす場合に、歩数を自動で記録することができます。
(条件を満たさない場合、正しく記録されない可能性があります)

- ・ご利用の端末で1回以上KenCoMアプリにログイン済み
- ・KenCoMアプリのメニュー内「歩数をカウントする」の設定：オン
- ・端末の電源：オン（電源オフの期間は記録されません）
- ・端末がオンライン状態

上記の両条件を満たさない場合、その期間の歩数は自動記録されません。
歩数を自動で記録する場合は、電源を切る、またアプリを完全に終了しないようご注意ください。

なお、加速度センサーを使って歩数計測をする端末は歩数機能のサポート対象外となっております。
KenCoMアプリの歩数グラフページでご利用端末の対応状況をご確認いただけます。

■ 非対応機種について

・ iPhone5cおよびiPhone5以前の機種をご利用のお客様
歩数機能が非対応となっております。
KenCoMアプリに歩数を自動表示することは出来ませんので、あらかじめご了承ください。

- ・ Androidをご利用のお客様
1. 歩数センサーを搭載していない端末（一部端末を除く）
 2. 一部の富士通端末
※iPhone, Android共に、上記をご確認いただいても歩数測定がされない場合、アプリから歩数を手入力することも出来ますのでご利用ください。アプリまたはパソコンおよびスマートフォンのブラウザから歩数を手入力した場合、その日の歩数を自動記録の歩数に戻すことはできませんのでご注意ください。

8. みんなで歩活について

Q. 「みんなで歩活」には何人で参加できますか？

2～10人で参加できます。

A. 5人以上のチームで参加すると、抽選で10チームに1チームのメンバー全員にAmazonギフト券500円分が当たります。

Q. 「みんなで歩活」に1人で参加したい時はどうすればいいですか？

A. 誰でも参加できるチームに入ってご参加頂けます。

9. その他

上記に記載のないご質問は、kencomサイトの「よくある質問」をご覧ください。また、健保組合までお問合せ下さい。

●kencomサイト「よくある質問」

<https://kencom.jp/faq>