

節目健診用（35歳時女性） 健康診断 予約マニュアル

総務・経営企画部 人事

健診からのシステム変更点について [三越伊勢丹健康保険組合より]

2022年の健診予約から、三越伊勢丹健康保険組合ご加入の皆さまの利便性向上のために、原則、健保ポータルサイト『[MY HEALTH WEB\(マイヘルスウェブ\)](#)』からアクセスする運用に変更しております。

※詳細の日程等につきましては、必ず、ご自身の各所属会社からの通達をご確認ください。

『[MY HEALTH WEB\(マイヘルスウェブ\)](#)』を初めてご利用される方は、健診予約開始前までに初回登録をすることをお勧めいたします。

<確認事項>

- 既に一部の健保事業（インフルエンザ予約(首都圏一部地区のみ)・インフルエンザ補助金申請・医療費通知・家庭用常備薬購入）にて『[MY HEALTH WEB](#)』をご利用されている方は、改めて初回登録の必要はございません。
- 「健診予約システム」自体の変更ではございません。各利用システムの入口をポータルサイトとして一つに集約いたします。

店内健診の方は
「店内健診用健康診断予約マニュアル」
をご確認ください

- I 初期登録(MY HEALTH WEB) …P4
- II 健康診断予約 …P8
- III よくあるお問合せ …P20

I 初回登録(MY HEALTH WEB)①-1

一度でも「MY HEALTH WEB」を利用された方はこの操作は必要ありません
→「II 健康診断予約」へ進んでください

●【スマホアプリ】で登録する場合

※ご自身の保険証記号・番号を使用します。是非、個人のスマホ・PCでご設定ください♪

※既に初回登録済の方は、P.7へ👉

- 1 スマートフォンに専用アプリをダウンロードして利用できます。
iPhoneの場合は「AppStore」から、Androidの場合は「GooglePlay」からアプリをダウンロード
QRコードで検索する場合は下記をスキャン。手動で検索する場合は「AppStore」または「GooglePlay」内で「MY HEALTH WEB」を検索

無料



Mac App Store
からダウンロード

iOS 11~14



Google Play
で手に入れよう

Android OS 5~10



- 2 保険者番号入力画面に「06130926」と入力して [送信] をクリック

保険者番号入力

保険証に記載されている保険者番号を入力して下さい。
例) 12341234 ※半角数字

保険者本人 交付平成26年1月1日
保険証 (被保険者) サンプル

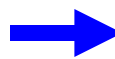
記号 01234 番号 56789

氏名 健保 太郎 性別 男
生年月日 平成1年1月1日
資格取得年月日 平成26年4月10日

保険者番号 01234567 - 保険者番号
保険者名称 ○健康保険組合 組合
保険者所在地 東京都千代田区○○○123 保険

【「MY HEALTH WEB」お問合せ】
マイヘルスウェブ ヘルプデスク
TEL : 03-5213-4467
(平日のみ 9:00~17:00)

MHW App Ver. 1.1.2



ログインID
記号 - 番号

パスワード

[パスワードを忘れた方はこちら](#)

[かんたんログイン設定はこちら >>>](#)

[初回登録の方はこちら](#)

★便利な情報★
初回登録後、「かんたんログイン設定」をすると、数字4桁だけでログインできるようになります。
是非ご利用ください！
(アプリのみ可能です)

- 3 [初回登録の方はこちら] をクリックしたら、P.6へGO👉

健康づくりの第一
「マイヘルスウェブ」
健康結果や医療費
はもとより健康結
果など、
加入者が健康に関するあらゆる情報にいつでもアクセス
できる環境を提供します。

I 初回登録(MY HEALTH WEB)①-2

●【PC・スマホ(WEB)】で登録

① 健保ホームページを開く

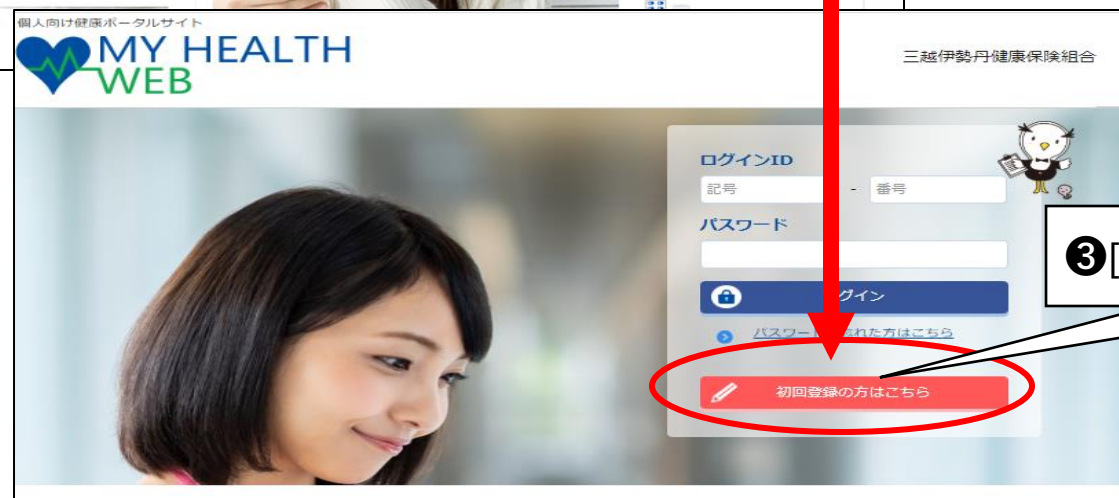
<https://www.im-kenpo.or.jp/> もしくは

検索エンジンから

三越伊勢丹健保 検索



② [MY HEALTH WEB]をクリック



③ [初回登録の方はこちら]をクリック

【「MY HEALTH WEB」お問合せ】
マイヘルスウェブ ヘルプデスク
TEL : 03-5213-4467
(平日のみ 9:00~17:00)

I 初回登録(MY HEALTH WEB)②

【「MY HEALTH WEB」お問合せ】
マイヘルスウェブ ヘルプデスク
TEL : 03-5213-4467
(平日のみ 9:00~17:00)

初回登録

「MY HEALTH WEB」をご利用になるには、ログインIDとパスワードが必要になります。
お手元に健康保険被保険者证をご用意のうえ、下記を参考に
載の【記号】【番号】と生年月日8ケタ(仮パスワード)と氏名カナ及びメールアドレスを入力し、
「送信する」ボタンをクリックしてください。
ご入力メールアドレス宛に本登録用のURLが記載されたメールが届きます。
(注意: 世帯内でも同じメールアドレスは使用できません)

(例) 健康保険 本人(被保険者) 平成25年4月19日交付
被保険者
記号 9999 番号 9999
氏名 健保 太郎
生年月日8ケタ(仮パスワード)
パスワード
選択して下さい 年 01 月 01 日

① 保険証記載の【記号】【番号】 記号 1001 - 番号 99999

② 生年月日8ケタ(仮パスワード) 76(町 51) 年 10 月 31 日

③ 氏名カナ
セイ ウエハラ
メイ ルミ

④ メールアドレス
test@yahoo.co.jp
(確認用)
test@yahoo.co.jp

※誤ったメールアドレスを入力して送信すると、再度初回利用登録が可能となるまでに3時間以上間隔を空ける必要があります。登録内容を十分に確認の上、送信してください。

送信する

保険証を用意して、①～④を入力してください。

- ① 保険証「記号」・「番号」※ (画像参照)
※ログインIDになります
- ② 生年月日
- ③ カナ氏名
- ④ メールアドレス※

※入力メールアドレスに本登録用のURLが届きます。
すぐ確認できるメールアドレスにしてください。

※携帯アドレスでドメイン指定をしている場合は

- @mhweb.jp
- @mhweb-entry.jp
- @mhweb-info.jp (以上、MY HEALTH WEB)
- @apap.jp (健診システム)
- @imhds.co.jp (健康管理推進室)
- @im-kenpo.or.jp (健康保険組合)

以上6つを受信できるようにしてください。

特にdocomoのメールアドレスでは本登録用のメールが届かない事象が多く発生しています。

※誤ったメールアドレスを入力してしまった場合は、3時間以上間隔を空けてから、再度登録ください。

[送信する]をクリックすると、登録メールアドレスに本登録用のURLが届くので、それをクリック

I 初回登録(MY HEALTH WEB)③

本登録手続き

パスワードは半角英数字混在で8～16文字以内で登録してください
アルファベットは大文字・小文字使用可能です。記号は使用出来ません。
数字、大文字の英字、小文字の英字を1文字ずつ入れてください。
パスワードと確認用の両方を入力して下さい。

新しいパスワード

(確認用)

次へ

- ①新しいパスワードを設定してください
パスワードは、
 - ・半角英数字で8～16文字
 - ・数字と英字の「大文字」と「小文字」を組み合わせてください
例) aA1 等

- ②[次へ]をクリック

【「MY HEALTH WEB」お問合せ】
マイヘルスウェブ ヘルプデスク
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

MY HEALTH WEB

三越伊勢丹健康保険組合

ログインID

記号 番号

パスワード

ログイン

パスワードをお忘れの方はこちら

- ③改めて、
 - ・ログインID = 保険証の「記号」「番号」
 - ・設定したパスワードを入力し、[ログイン]をクリック
⇒TOP画面へ

Ⅱ 健康診断予約



①「MY HEALTH WEB」にログインします

- ・スマホアプリを起動 or
- ・[三越伊勢丹健康保険組合ホームページ](#)→「MY HEALTH WEB」をクリックしてログインID（保険証の「記号」「番号」）とパスワードを入力し、[ログイン]をクリック



②「健診予約」をクリックします



画像が変わった場合（スクロール）は、ココをクリックして、健診予約画面を表示できます。

【「MY HEALTH WEB」お問合せ】
マイヘルスウェブ ヘルプデスク
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

Ⅱ 健康診断予約

「健康診断予約ページ」に移動します

② 「これから予約する方」 より予約スタート

ここから予約を
始めてください

P12で「電話予約」となった場合、
健診機関に電話予約終了後、
こちらから予約した日時を
登録してください。

【「健診予約システム」お問合せ】
バリューHR カスタマーサービス
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

The screenshot shows the 'Health Checkup Reservation Page' for the San'yaku Iseki Group. At the top, there is a navigation bar with links for Home, About This Site, Account Services, Examination Items, Frequently Asked Questions, and Contact Us. Below this is the page title '三越伊勢丹グループ 健康診断予約ページ' and a '巡回健診 予約する' button. A user profile 'ようこそ 人事5 評価用 さん' and a 'ログアウト' button are also visible. The main content area features a horizontal menu with four options: 'これから予約する方 予約する' (highlighted with a red box), 'すでに予約確定済の方 申請する' (highlighted with a blue box), 'お申し込み前に確認 健康診断について', and '受診可能な健診機関 健診機関情報'. Below the menu is a large banner for '人間ドック 健康診断予約 Health Checkups' with an illustration of a doctor and a family. At the bottom, there is an 'お知らせ' (Notice) section with a link for '予約について'.

Ⅱ 健康診断予約

【「健診予約システム」お問合せ】
バリューHR カスタマーサービス
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

三越伊勢丹グループ
健康診断予約ページ

この日から予約する方 すでに予約確定済の方 お申し込み前に確認 受診可能な健診機関

受診者選択 健診内容選択 連絡先・支払方法 申込内容確認 質問票 完了

受診者選択

必要事項を入力の上、[次へ]ボタンをクリックしてください。

被保険者情報

被保険者氏名	人事5 評価用
保険証記号-番号	0-25
会社名	テスト企業
所属	

受診者情報

続柄	<input checked="" type="radio"/> 被保険者 <input type="radio"/> 被扶養者
受診者氏名	選択してください。▼
受診者氏名(フリガナ)	
性別	
生年月日	

< 戻る → 次へ

プルダウンを開けると自分の名前が出てきますので、自分の名前を選択

→氏名・性別・生年月日が自動表示されるので、間違いがないか確認してください

受診者情報

続柄 被保険者 被扶養者

受診者氏名 人事5 評価用 ▼

受診者氏名(フリガナ) ジンジゴ ヒョウカヨウ

性別 男性

生年月日 1965年01月01日

< 戻る → 次へ

II 健康診断予約

The screenshot shows the '健康診断予約ページ' (Health Checkup Reservation Page) with a navigation bar at the top containing links for Home, About Site, Account Services, Search, and Help. Below the navigation bar are four tabs: 'これから予約する方' (For those who will reserve), 'すでに予約確定の方' (For those who have already reserved), 'お申し込み前に確認' (Check before applying), and '受診可能な健診機関' (Checkup facilities where you can be seen). A progress bar shows steps: '受診者選択' (Selected), '健診内容選択' (Selected), '連絡先・支払方法' (Selected), '申込内容確認' (Selected), '質問票' (Selected), and '完了' (Completed). The main content area is titled '健診機関検索 (健診内容選択)' (Checkup Facility Search (Checkup Content Selection)). It includes instructions: '検索条件を選択または入力し、[検索]ボタンをクリックしてください。複数の検索条件を組み合わせて検索することも可能です。' (Select or input search conditions and click the [Search] button. You can also search by combining multiple search conditions). There are three search sections: 1. 'エリア検索' (Area Search) with a grid of checkboxes for various regions and prefectures. A red dashed box highlights the '関東' (Kanto) region, and a red callout bubble points to it with the text: 「エリア検索」の場合 該当するエリアにチェックを入れます (In the case of 'Area Search', check the applicable area). A red box highlights the '→ エリアで検索' (Search by Area) button. 2. '健診機関名検索' (Checkup Facility Name Search) with a text input field and a red callout bubble pointing to it with the text: 健診機関名を直接入力することも可能です (You can also directly input the checkup facility name). A red box highlights the '→ 健診機関名で検索' (Search by Checkup Facility Name) button. 3. '複数条件検索' (Multiple Condition Search) with instructions: '上記「エリア検索」と「健診機関名検索」の複数条件で検索する場合は[複数条件検索]ボタンをクリックしてください。' (If you want to search with multiple conditions from the above 'Area Search' and 'Checkup Facility Name Search', click the [Multiple Condition Search] button). A red box highlights the '→ 複数条件で検索' (Search with Multiple Conditions) button.

③健診機関を選択します

「エリア検索」の場合
該当するエリアにチェックを入れます

健診機関名を直接入力することも
可能です

【「健診予約システム」お問合せ】
バリューHR カスタマーサービス
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

Ⅱ 健康診断予約

選択可能な健診機関が出てきます。

※「人事からのお知らせ『2022年健康診断について』」を必ずご確認ください、ご自身の年齢に該当する健診機関を選択してください。

「ネット予約可」マークがない場合、健診機関に電話して日時を予約してください。
※「予約する」ボタンを押すと連絡先が表示されます
予約後再度WEBで日時を登録します。
P9から申請を進めてください。

「ネット予約可」のマークがあれば、このままWEB上で予約ができます。

三越伊勢丹グループ 健康診断予約ページ

以下の健診機関リスト（郵便番号順）からご希望の健診機関をお選びください。

ネット予約可の健診機関でもすべての健診コースがネット予約できるわけではありません。

健診機関名(クリックで詳細表示)	住所・TEL	
ネット予約可 バリューHRテスト病院2	〒000-0000 東京都渋谷区エビス0-0-0 TEL：00-0000-0000	予約する
医療法人社団 生光会 新宿追分クリニック・レディース	〒160-0022 東京都新宿区新宿3-1-13 京王新宿追分ビル6F TEL：0120-28-3113	予約する
ネット予約可 医療法人社団 生光会 新宿追分クリニック	〒160-0022 東京都新宿区新宿3-1-13 京王新宿追分ビル7F TEL：0120-28-3113	予約する
ネット予約可 公益財団法人三越厚生事業団 三越総合健診センター	〒160-0023 東京都新宿区西新宿1-24-1 エステック情報ビル TEL：03-3348-5791	予約する

【「健診予約システム」お問合せ】
バリューHR カスタマーサービス
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

II 健康診断予約

④コースを確認します

選択した健診機関を確認してください

健診コースにチェックをいれてください
(原則ひとつのコースしか出てきません)

【「健診予約システム」お問合せ】
バリューHR カスタマーサービス
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

三越伊勢丹グループ
健康診断予約ページ

巡回健診
予約する

ようこそ 人事4 評価用 さん ログアウト

これから予約する方 すでに予約確定済の方 お申し込み前に確認 受診可能な健診機関
予約する 申請する 健康診断について 健診機関情報

ホーム > 予約する

受診者選択 健診内容選択 連絡先・支払方法 申込内容確認 質問票 完了

健診コース選択 (健診内容選択)

現在ご選択いただいている内容

健診機関名 バリューHRテスト病院2 (TEL:00-0000-0000)

希望する健診コースを選択し、[次へ]ボタンをクリックしてください。
ネット予約可のアイコンのないコースをご希望の方は、電話での予約となります。
画面の指示に従って、ご予約ください。

健診コース選択

> 基本健診

健診コース	本人負担額	備考
<input type="checkbox"/> ネット予約可 定期健康診断C※41歳以上 (45.50.55歳を除く)	0円	

< 戻る

→ 次へ

II 健康診断予約

⑤受診希望日を選択します

「●」がついている日程が現時点の受診可能日です。
自身のご都合と合わせて日程を選択してください。

【「健診予約システム」お問合せ】
バリューHR カスタマーサービス
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

ホーム > 予約する

受診者選択

健診内容選択

連絡先・支払方法

申込内容確認

質問票

完了

受診希望日選択 (健診内容選択)

現在ご選択いただいている内容

健診機関名 バリューHRテスト病院2
健診コース 定期健康診断C※41歳以上(45.50.55歳を除く)

受診希望日を以下のカレンダーから選択してください。

ご希望日が×または-の場合でも、電話予約で受診可能な場合があります。健診機関にお問合せください。

複数人で同日受診をご希望の方は電話でのご予約をお願いいたします。

下記の日程以外を希望する場合は、健診機関に直接ご予約の上「申請する」から予約内容を登録してください。

受診希望日選択

前月 2020年1月 翌月»

日	月	火	水	木	金	土
			1 ×	2 ●	3 ×	4 ×
5 ×	6 ×	7 ×	8 ×	9 ●	10 ×	11 ×
12 ×	13 ×	14 ×	15 ×	16 ●	17 ×	18 ×
19 ×	20 ×	21 ×	22 ×	23 ●	24 ×	25 ×
26 ×	27 ×	28 ×	29 ×	30 ●	31 ×	

> カレンダー切り替え

年 月 カレンダー切替

< 戻る

II 健康診断予約

⑤受診希望時間を選択します

時間の選択肢が表示されます。
(ひとつしか表示されない場合もあります)
希望する時間帯にチェックをいれてください。

【「健診予約システム」お問合せ】
バリューHR カスタマーサービス
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

ホーム > 予約する



受診希望時間選択 (健診内容選択)

現在ご選択いただいている内容

健診機関名	バリューHRテスト病院 2
健診コース	定期健康診断C※41歳以上 (45.50.55歳を除く)
受診希望日	2020年1月23日

受診希望時刻選択

受診希望時刻を選択し、[次へ]ボタンをクリックしてください。

下記の時間帯以外を希望する場合は、健診機関に直接ご予約の上「申請する」から予約内容を登録してください。

10:00 (3時間)

< 戻る

→ 次へ

Ⅱ 健康診断予約

⑥連絡先情報入力・同意書確認

検査キット送付先住所（原則自宅）を入力してください
※自宅住所登録間違いが多いので注意して入力してください

確認書を送るメールアドレスを入力してください。

受信拒否設定をしている場合は、
@apap.jp
@imhds.co.jp
上記2つのドメインを解除しておいてください

コース内容を確認してください。
本人負担額は全員0円となっています。

個人情報取扱いの同意書です。よく読んで、問題なければチェックを入れてください。
※チェックがないと進みません

連絡先・支払方法入力

必要事項を入力の上、[次へ]ボタンをクリックしてください。

連絡先情報

受診者氏名	人事4 評価用
住所（検査キット送付先）	〒 160-0022 住所検索 例) 150-0001 東京都新宿区新宿●-●-● 例) 東京都渋谷区千駄ヶ谷5-21-14 バリュウ・HRビル ※会社を宛先にする場合には、必ずビル名および会社名も入力してください。
電話番号	03-3352-●●●● 例) 03-1234-5678 ● 自宅 ● 会社 ● 携帯 ※健診機関から直接連絡する場合があります。 平日の日に連絡が取れる電話番号を指定してください。
「健康診断受診承認書」送付方法	E-mail ●●●●@●●●●.ne.jp ※PDFファイルを表示・印刷できるパソコン/スマートフォン等のメールアドレスを指定してください。

【「健診予約システム」お問合せ】
バリュウ・HR カスタマーサービス
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

健診コース	開始時刻	本人負担額	備考
定期健康診断C※41歳以上（45.50.55歳を除く）	10:00	0円	

健診結果及び受診者情報の取扱いについて

- 健康診断を受診される方の個人情報（住所・氏名・年齢・性別）、病歴・家族歴及び健診・検査で得られた情報につきましては、三越伊勢丹健康保険組合（以下「健康保険組合」）並びに会社、実施健診機関において、受診に関するご案内および健診結果報告のみに使用します。
また、個人情報ならびに健診結果データは法に従って厳重に保護いたします。
- 健康診断の結果については、健康保険組合および会社が管理のうえ、従業員の健康の維持・増進のために使用します。なお、取得した健康診断結果は本人の同意した場合を除き、健康保険組合、会社以外の第三者には提供することはありません。
- 胃部内視鏡検査で実施された生検（組織採取）および自らの意思で受診するオプション健診については、その結果が健診結果票に記載され、健康保険組合および会社に通知される場合があります。
- 受診された項目に関しては、健診結果により会社から受診勧奨を行う場合があります。
- 健康診断の予約・結果管理に関しましては、(株)バリュウ・HRへ委託しています。
- 上記内容を理解し、健康診断を受診することに同意します。

< 戻る

→ 次へ

Ⅱ 健康診断予約

⑦内容確認

①ここまで選択・入力した項目の再確認をしてください。

②次へ をクリック

【「健診予約システム」お問合せ】
バリューHR カスタマーサービス
TEL : 03-5213-4467
(平日のみ 9:00~17:00)

申込内容確認

現在ご選択いただいている内容

健診機関名	バリューHRテスト病院2
健診コース	定期健康診断C※41歳以上(45.50.55歳を除く)
受診日	2020年1月23日

申込み内容をご確認の上、「次へ」ボタンをクリックしてください。
内容を修正する場合は、[戻る]ボタンをクリックしてください。

⚠️ ご注意

まだ入力は完了していません。この画面下の[次へ]ボタンをクリックしてください。

被保険者情報

被保険者氏名	人事4 評価用
保険証記号-番号	0 - 24
会社名	テスト企業
所属	

受診者情報

受診者氏名	人事4 評価用
受診者氏名(フリガナ)	ジンジヨン ヒョウカヨウ
続柄	本人
性別	男性
生年月日	1979年01月01日
住所(検査キット送付先)	〒160-0022 東京都新宿区新宿3-14-1
電話番号	03-3352-1111(自宅)
「健康診断受診承認書」送付方法	E-mail nagasawa_aya@isetanmitsukoshi.co.jp

健診予約情報

健診コース	開始時刻	本人負担額	備考
定期健康診断C※41歳以上(45.50.55歳を除く)	10:00	0円	

本人負担額合計 0円

健診結果及び受診者情報の取扱いについて

- 健康診断を受診される方の個人情報(住所・氏名・年齢・性別)、病歴・家族歴及び健診・検査で得られた情報につきましては、三越伊勢丹健康保険組合(以下「健康保険組合」)並びに会社、実施健診機関において、受診に関するご案内および健診結果報告のみを使用します。
 - また、個人情報ならびに健診結果データは法に従って厳重に保護いたします。
 - 健康診断の結果については、健康保険組合および会社が管理のうえ、従業員の健康の維持・増進のために使用します。なお、取得した健康診断結果は本人の同意した場合を除き、健康保険組合、会社以外の第三者に提供することはありません。
 - 胃部内視鏡検査で実施された生検(組織採取)および自らの意思で受診するオプション健診については、その結果が健診結果票に記載され、健康保険組合および会社に通知される場合があります。
 - 上記項目に関しては、健診結果により会社から受診勧奨を行う場合があります。
 - 健康診断の結果の管理に関しましては、(株)バリューHRへ委託しています。
- 上記内容をご理解し、同意の上、健診結果の取扱いに同意することを確認いたします。

< 戻る

→ 次へ

Ⅱ 健康診断予約

⑧生活習慣に関する質問

全22問すべてにお答えください。
回答後、一番下の「次へ」を押してください。



もう一度「内容確認」がありますので、
確認後よろしければ一番下の
「申込」を押してください

【「健診予約システム」お問合せ】
バリューHR カスタマーサービス
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

生活習慣についての質問

以下の質問票にお答えいただき、予約が完了します。
22問全てにご回答のうえ【次へ】ボタンをクリックしてください。

	質問項目	回答
1	現在、血圧を下げる薬を使用していますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
2	現在、血糖を下げる薬又はインスリン注射を使用していますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
3	現在、コレステロールや中性脂肪を下げる薬を使用していますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
4	医師から、脳卒中（脳出血、脳梗塞等）にかかっていると言われたり、治療を受けたことがありますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
5	医師から、心臓病（狭心症、心筋梗塞等）にかかっていると言われたり、治療を受けたことがありますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
6	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっていると言われたり、治療（人工透析など）を受けていますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
7	医師から、貧血と言われたことがありますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。 ※「習慣的」とは、「合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている者」であり、「最近1ヶ月間も吸っている者」	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
9	20歳の時の体重から10kg以上増加していますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
10	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
11	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
13	食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。	<input type="radio"/> 何でもかんで食べることができる <input type="radio"/> 歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある <input type="radio"/> ほとんどかめない
14	人と比較して食べる速度が速いですか。	<input type="radio"/> 速い <input type="radio"/> ふつう <input type="radio"/> 遅い
15	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ありますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
16	朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。	<input type="radio"/> 毎日 <input type="radio"/> 時々 <input type="radio"/> ほとんど摂取しない
17	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
18	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度はどのくらいですか。	<input type="radio"/> 毎日 <input type="radio"/> 時々 <input type="radio"/> ほとんど飲まない（飲めない）
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量はどのくらいですか。 日本酒1合(180ml)の目安：ビール(500ml)、焼酎25度(110ml)、ウイスキーダブル1杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)	<input type="radio"/> 1合未満 <input type="radio"/> 1～2合未満 <input type="radio"/> 2～3合未満 <input type="radio"/> 3合以上
20	睡眠で休養が十分とれていますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ
21	運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いませんか。	<input type="radio"/> 改善するつもりはない <input type="radio"/> 改善するつもりである（概ね6ヶ月以内） <input type="radio"/> 近いうちに（概ね1ヶ月以内）改善するつもりであり、少しずつ始めている <input type="radio"/> 既に改善に取り組んでいる（6ヶ月未満） <input type="radio"/> 既に改善に取り組んでいる（6ヶ月以上）
22	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば利用しますか。	<input type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ

< 戻る

→ 次へ

II 健康診断予約

⑨ 申込完了

三越伊勢丹グループ
健康診断予約ページ

巡回健診

予約する

ようこそ 人事4 評価用 さん ログアウト

これから予約する方

予約する

すでに予約確定済の方

申請する

お申し込み前に確認

健康診断について

受診可能な健診機関

健診機関情報

ホーム > 予約する

受診者選択

健診内容選択

連絡先・支払方法

申込内容確認

質問票

完了

申込完了

健診予約申込を受付けました。

後ほど、健康診断受診承認書を送付方法で選択した（E-mail、FAX、郵送）方法で送信いたしますので、内容をご確認ください。

申込内容を健診機関にも配信しました。

受診当日は本人確認ができるもの（保険証等）を必ずご持参ください。

申込番号 PE201910190000001

→ トップへ

【「健診予約システム」お問合せ】
バリューHR カスタマーサービス
TEL：03-5213-4467
(平日のみ 9:00～17:00)

この画面まで来たら
健康診断予約終了です。
指定したアドレスに、
「健康診断受診承認書」
が届きます。

■ 受診予約日
2020年01月23日

本メールには「健康診断受診承認書」が添付されています。

添付を開く際に、パスワードの入力を求められますので、
「受診者の生年月日（西暦 8 桁）」を入力してください。

例) 昭和44年 5月 22日の場合
19690522

※PDFファイルを開くには、お使いのPCにAdobe Reader 6.0以上が
インストールされている必要があります。
Adobe Readerは、アドビシステムズ(株)の公式サイト
<http://www.adobe.co.jp>より無償で入手することができます。

健康診断受診にあたり、ご質問やご不明な点がございましたら、
下記までご連絡ください。

(株)バリューHR カスタマーサービス / 三越伊勢丹グループ

Email : kensin-im@apap.jp

電話 : 0570-001-824 / 受付時間 : 平日 9:30 - 18:00

Ⅲ よくあるお問合せ

Q1. (MY HEALTH WEB) 本登録メールが届きません	A1. ①パソコンからのメールを受診拒否設定していませんか？ 携帯メールをご利用の方は、必ず「@mhweb.jp」「@mhweb-entry.jp」 「@mhweb-info.jp」からのメールを受信できるよう受診設定をお願いいたします。 →受診設定： docomo au Softbank ②迷惑メールフォルダに入っていないですか？ ①・②ともに該当しなければ、メールアドレスの登録に不備があると思われます。 MY HEALTH WEBヘルプデスク(03-5213-4467)へ連絡してください。
Q2. (MY HEALTH WEB) パスワードを忘れてしまった	A2. TOP画面の『 パスワードを忘れた方はこちら 』をクリックし、 □ログインID（保険証の記号・番号）と登録メールアドレスを入力して[送信する] をクリックしてください。登録メールアドレスにパスワード再設定メールが届きます。
Q3. (健診予約) どうしても都合が悪くなり日程変更したい	A3. バリューHRカスタマーサービス(0570-001-824)へ連絡し、現在の予約の取消を 依頼してください。 その後、必ず新たな予約を入れてください。
Q4. (健診予約) WEB予約で3月までの空き日程がない。	A4. 2月下旬に4月以降の予約日程をオープンしますので、それまでお待ちください。
Q5. (健診予約) 4月退職予定だが受診対象か	A5. 退職日までの日程で予約が取れば受診対象です。退職日を過ぎると受診対象外と なりますので、健康診断受診はできません。万一受診してしまった場合は、 健康診断費用を全額ご負担いただくこととなります。
Q6. (健診予約) 定年再雇用後、健康保険証番号が 変わり、エラーになってしまった。	A6. 月に一度マスタ更新していますが、すぐには切り替わりませんので お急ぎの際はバリューHRカスタマーサービス（0570-001-824）へ連絡してください。

[問合せ先] ※お問合せの際には、健康保険証をご用意のうえご連絡ください

・「MY HEALTH WEB」の操作・登録について・・・《MY HEALTH WEB ヘルプデスク》TEL：03-5213-4467（平日のみ 9:00～17:00）

・「健診予約システム」について……………《バリューHR カスタマーサービス》TEL：0570-001-824（平日のみ 9:30～18:00）