

個人向け健康ポータルサイト

MY HEALTH WEB

マイヘルスウェブを開設しています

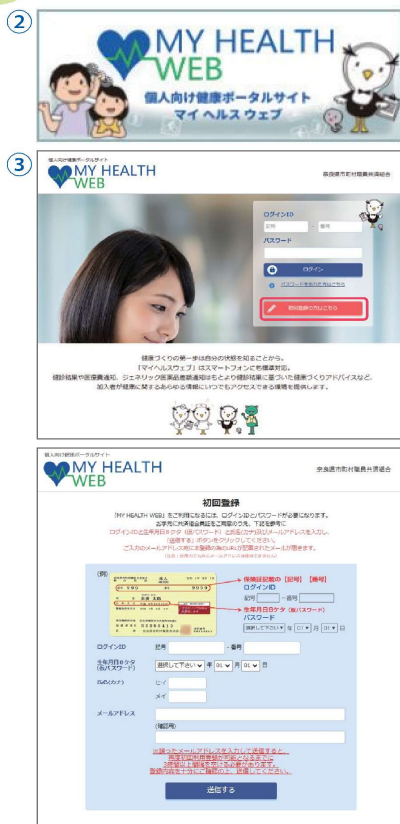


公式キャラクター
「ヘロンくん」

共済組合では組合員の皆さんの健康づくりのサポートを目的に、個人向け健康ポータルサイト「MY HEALTH WEB」を開設しています。特定健診結果の閲覧や健康情報の提供のほか、医療費明細情報の閲覧・出力もできます。サイトを活用するとポイントが貯まり、様々な商品と交換することもできます。

初回ユーザー登録の方法

PC・スマートフォン・タブレット端末対応



- ① お手元にご自身の「組合員証」を用意
MY HEALTH WEBを初めてご利用する際は、「組合員証」に記載されている情報が必要です。
- ② MY HEALTH WEBにログイン
奈良県市町村職員共済組合のホームページへアクセス
URL <https://www.kyosai-nara.jp/>
ホームページ内の[MY HEALTH WEB]バナーをクリック
URL <https://kyosai-nara.mhweb.jp/>
- ③ ログイン画面の「初回利用登録はこちら」より初回利用登録
ログインIDに「組合員証」記載の【記号・番号】、(仮)パスワードに【生年月日】、【カナ氏名】
【メールアドレス】を入力し送信します。

【メールアドレス】

登録は必須です。
登録することで新着情報のお知らせメールが届きます。
※携帯電話・スマートフォンのメールアドレスを登録する場合は、下記ドメインが受信できるよう設定をお願いします。ご利用の通信会社の取扱説明書により設定願います。
【@mhweb.jp】【@mhweb-info.jp】【@mhweb-entry.jp】

- ④ パスワードの本登録
登録したメールアドレス宛に届く本登録手続き用URLへアクセスし、「新しいパスワード」を設定します。新しいパスワードは半角英数混在で8文字以上16文字以内です。
- ⑤ 以上で登録完了
ログイン画面が表示されますので、「ID」「パスワード」を入力してログインしてください。



— 初回登録で —
「MY HEALTH WEB」初回登録で
500ポイントGET!!

特定健診結果情報および医療費明細情報の閲覧・出力には「セキュリティコード(暗証番号)」が別途必要となります。初回ユーザー登録後にサイト内の発行申請画面より手続きしていただくことによって、後日所属共済事務担当課経由で封書にて「セキュリティコード」が記載された通知書が届きます。

アプリでも利用できます!! ~スマホ用~

無料



iPhone版、Android版の両方をリリースしています。入手方法は公式ストア [App Store(iPhone)] [Google play]にて「MY HEALTH WEBアプリ」のダウンロード(無料)が可能です。



App Store
からダウンロード

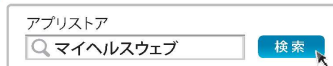
対応OS:iOS 13 以降



Google Play
で手に入れよう

対応OS:Android 9 以降

① まずはアプリのダウンロード



複数のスマートフォンやタブレットで使用可能
※ご利用する端末ごと初回登録(下記②の手順)が必要です。

② 保険者番号を入力して送信

「32290413」(奈良県市町村職員共済組合)の入力



③ 画面指示に従って設定

ポイント利用



MY HEALTH WEBを利用してポイントを貯めて商品GET!!

- P** 初回ログイン..... **500ポイント**
初めてMY HEALTH WEBへログイン (初回のみ)
- P** 体重や血圧・歩数を記録..... **1ポイント**
MYバイタルで体重や血圧・歩数を記録する (1日1回)
- P** 毎日ログイン..... **1~6ポイント**
ログイン時に振られるサイコロの出た目の分 (1日1回)
- P** 被扶養者の特定健診結果の提出..... **500ポイント**
被扶養者の方がパート先等で健診を受け、共済組合へ特定健診結果を提出する (年1回)

《交換アイテムの例》 他の交換アイテムは「MYポイント」に入ると、ご覧いただけます。

<p>600ポイントで</p>  <p>Amazonギフト券 500円分</p>	<p>2,300ポイントで</p>  <p>タニタ で見えタイマー</p>	<p>3,600ポイントで</p>  <p>タニタ デジタルクッキングスケール KJ-215</p>	<p>3,900ポイントで</p>  <p>ポケット万歩 (ピュアホワイト)</p>
--	---	---	--

※写真はイメージです。アイテムの内容・ポイント数などは、予告なく変更となる場合があります。
※ポイントの有効期限は、付与された年度の翌年度4月から起算して4年後の年度末とします。(例:2019年度に加入の場合、2024年3月末まで有効)

医療費明細情報ダウンロード

確定申告に必要な医療費明細情報(医療費通知)がダウンロードできます。

《ダウンロード手順》



① 「医療費情報」の「医療費控除申告用」をクリック。



② 「電子申告(e-tax)用データダウンロード」ボタンをクリック。



③ ダウンロード完了です。

MY HEALTH WEB ご利用時のご注意

- 推奨環境** MY HEALTH WEBは、パソコン・スマートフォン・タブレットからご利用いただけます。ご利用の際は、左記の推奨環境でご覧ください。
- 利用規約** MY HEALTH WEBの利用内容・ポイントの取り扱い・ご利用にあたっての禁止事項など利用条件を定めたものです。利用規約はサイト内にありますので内容をご確認ください。
- 個人情報の取り扱い** 被保険者等の個人情報の取り扱いについては、当健保の個人情報保護管理規定に基づき、ホームページに公表しているほか、MY HEALTH WEBサイト内にプライバシーポリシー(個人情報保護に関する基本方針)を掲載しています。

	オペレーティングシステム(OS)	ウェブブラウザ
パソコン	Windows 10	・ Microsoft Edge 最新版 ・ Google Chrome 最新版
	Mac OS 10.14	Safari最新版
スマートフォン タブレット	iOS 13 以降	各OSで標準搭載されている ブラウザ
	Android 9 以降	

お問合せ先

「MY HEALTH WEB」ヘルプデスク TEL:03-5213-4467 9:00~17:00(土日祝日除く)
奈良県市町村職員共済組合 保険健康課 TEL:0744-29-8265

お問い合わせの際は、奈良県市町村職員共済組合の被保険者記号番号をお伝えください。
当事業は株式会社法研に委託しています。株式会社法研は「プライバシーマーク」使用の許諾事業者として認定されています。



1019013109

本文中に記載されている会社名、製品名等は、各社の登録商標または商標です。本文中ではTM、®マーク等は明記していません。
※Apple、Apple logo、iPad、iPhone、Safariは、米国及び他の国々で登録された Apple Inc. の商標です。 ※iPhone商標は、アイホン株式会社とのライセンスに基づき使用されています。
※iOS商標は、Cisco Systems, Inc. のライセンスに基づき使用されています。 ※App Storeは、Apple Inc. のサービス商標です。
※Google、Android、Google Chrome、Google Play は、Google Inc. の商標です。 ※Google PlayおよびGoogle Playロゴは、Google LLCの商標です。
※Windows、Windows Edge、Internet Explorerは、米国Microsoft Corporationの米国及びその他の国における登録商標です。 ※Windowsの正式名称は、Microsoft Windows Operating Systemです。