

すこやかサポートパーソナル (SSP) －利用者向けマニュアル－

2024年度版

・ 2024/4 第8版

セキスイ健康保険組合
保健事業グループ

目次

1. SSPのねらい・特長	P3~4
2. 初回登録のおこないかた	P5~9
— 登録方法	P6~7
— メール配信に関する注意事項	P8
— こんな時は・・・	P9
3. ID/PWがわからないときは	P10~12
4. コンテンツ紹介	P13~25
— ログインする	P14~15
— 健診結果を確認する 二次検診結果を報告する	P16~19
— ストレスチェックを受検する	P20
— 健康情報を見る (健康コラム・ヘルシーライフ)	P21~22
— 個人向けメッセージ・ お知らせをみる	P23
— ユーザーIDを変更する パスワードを変更する	P24~25

1. SSPの ねらい・特長

従業員の皆さんの生き生きと充実した生活をサポートします！！

【SSPのねらい・特長】

- ・最大で5年（5回）分の健診結果の経年比較が可能
→健康状態の推移を一目で確認することができます。
- ・健診結果とあわせて、生活習慣病の予防・改善を図るためのアドバイスを受けることができます。
- ・（健康リスクを抱えた方に対して）その人が持つリスク数を一目で確認することができます。
- ・各個人の健康状態に合わせた健康情報を提供し、皆さんの健康リテラシー向上をサポートします。
- ・当サイトに健康（健診）関連情報を集めることで、皆さんの健康的な生活に役立つ情報を提供します。
- ・スマホやタブレットでも利用でき、健診結果が登録されたときなどに、ID登録したアドレスへメールでお知らせします。

2. 初回登録のおこないかた

- ・ 登録方法 P 6～7
- ・ 登録後のメール配信について P 8
- ・ こんな時は・・・ P 9

2. 初回登録のおこないかた

1

すこやかサポートパーソナル(SSP)へアクセス

<https://sekisui-ssp.sukoyaka-support21.com/>
※セキスイ健保HPTトップページ下部にもリンク有



スマートフォンの場合は右のQRコードから

※社用・私用問わず、PCやタブレット・スマホからアクセス可能

2

ログイン画面から ID登録ページへ移動

セキスイ健康保険組合
すこやかサポートパーソナル

はじめてのアクセスの方は「ID登録」よりユーザーIDを登録してください

ログインID
ユーザーIDを入力してください

パスワード
パスワードを入力してください

ログイン

パスワードを忘れた場合

ID登録

3

利用規約を確認

IDを登録する

STEP1: 利用規約の同意 STEP2: 登録情報の入力 STEP3: Eメール登録確認

Step 1
「すこやかサポートパーソナル利用規定」

本サービス「すこやかサポートパーソナル」は、セキスイ健康保険組合が株式会社インテックノスフィアと協同してサービス利用契約に基づき提供している。セキスイ健康保険組合の加入者のみが利用することができます。

「すこやかサポートパーソナル」を通じて提供いただく個人情報やセキスイ健康保険組合の「プライバシーポリシー」に従って適切に取り扱うことに関する事項は、以下の点に留意いただいた上で、ログインをお願いします。

■目的
本サービスでは、健康診断結果をデータベースに蓄積し、加入者一人ひとりに応じて

利用規約に同意します

次へ

4

健康保険証を用意し、ご自身の情報を入力

IDを登録する

STEP1: 利用規約の同意 STEP2: 登録情報の入力

Step 2

<注意> ドメインを指定している方は、以下のドメインの解除をお願いします。
sukoyaka-support21.com
カナ氏名を入力に付きまして、「小書き文字(ユ、ヨ、ツなど)」は大きい文字で入力してください。(例) ニッター

入力事項	注意点
ID/Eメールアドレス	受信可能なアドレスをご入力ください
記号	保険証に記載された記号を「4桁で」ご入力ください (例) 101→「0101」
氏名カナ	全角カナで姓名の間を空けずにご入力ください ※「小書き文字(ユ、ヨ、ツ等)」は大きい文字で入力ください (例) ニッター→ニツタ

ID/Eメールアドレス
登録するユーザーID(Eメールアドレス)

パスワード
8桁～16桁で、英字大文字・英字小文字・数字・記号の中から3種類の

パスワード(確認)
確認のためもう一度パスワードを入力してください

記号
0456
保険証に記載されている「記号」を入力してください。
3桁の場合は前に0を入れ、4桁で入力してください。

番号
12345
保険証に記載されている「番号」を入力してください。

生年月日
2023/03/14
生年月日を入力してください。

カナ氏名
ケンコウタロウ
全角カナで、姓と名の間を空けずに入力してください。
※「小書き文字(ユ、ヨ、ツなど)」は大きい文字で入力してください。(例) ニッター→ニツタ キョウコ→キョウコ

次へ

枠内を全て入力の上、「次へ」を押す。

2. 初回登録のおこないかた

5

届いたEメールに記載されたURLにアクセス

SSP (すこやかサポートパーソナル)

初期パスワードのお知らせ

「すこやかサポートパーソナル(SSP)」のご利用にあたりログイン情報をお知らせいたします。
すこやかサポートパーソナル (SSP) では健康診断の結果の閲覧や、再受診の報告 (該当者のみ) を行う事が出来ます。
ユーザID: ●●●●● (登録ID)
初期パスワード: ●●●●●

※パスワードはコピー&ペーストする場合、空白が混入することがあり、ログインできない可能性がありますので、直接入力をお勧めします。

下記のURLよりログインして初期パスワードの変更を行ってください。
<https://skg.sukoyaka-support.com/userService/user/changePass/>

6

④で入力したパスワードと生年月日を入力後、実行ボタンを押し登録完了

IDを登録する

STEP1: 利用規約の同意 STEP2: 登録情報の入力 STEP3: Eメール登録確認

Step 3

パスワード: ●●●●●●●●
※8桁~15桁で、英字大文字・英字小文字・数字・記号の2種類以上の組み合わせで

生年月日: 誕生日の「年」を選択し「月」「日」を入力してください

実行

注意: 登録完了処理を行わずに終了すると、再度初期登録が必要となります

7

手続完了後、“健診結果”等が表示されたページに移動することができれば利用可能です。



【注意】

Eメール到着後、登録完了処理まで進まずに終了すると、後日ログインする際に、再度初期登録が必要となります。
初回登録時は、①～⑦の手続きを必ず完了させてください。

【メール配信に関する注意事項】

SSPでは登録いただいたメールアドレス※宛にお知らせメールを配信しております。

以下に、お知らせメールを配信するケースを記載しております。メールが到着した際は、各ページをご参照ください。

(※メールアドレス＝ユーザーID＝ログインID)

また、太字の項目は特に重要です。

メール配信の際は「必ず」ご確認ください。

- ① **初回登録時、仮登録を完了した際** P7
(登録手続きに必須となります、必ずご確認ください)
- ② **PWを忘れ、再度登録情報を入力した際** . . . P10～12
- ③ **健康診断結果が登録された際** P16～18
- ④ **二次検査の対象に該当した際** P19
(健診受診後、二次検査の受診が必要な項目がある場合)
- ⑤ **コメント (メッセージ) が登録された際** P23
(例：2次検査結果回答のお願い)

※SSPからのメールを受信可能とするために、sekisui@sukoyaka-support21.comのアドレスおよびドメインを迷惑メールフィルターの対象から外すようご設定ください。

2. 初回登録のおこないかた

【こんなときは・・・】

SSPの初回登録やログインについて、皆様から問い合わせの多い項目を以下にまとめました。わからないことや困りごとがある際は、まずはこちらをご確認ください。

よくある質問	回答
登録しているはずだが、SSPにログインできない	<p>以下の内容をご確認ください。</p> <p>①SSPからメールが届いている場合 →メールアドレス=ログインIDです。ログインできない場合はパスワードが誤っている可能性があるため、トップページ“パスワードを忘れた場合”からログインをお試しください</p> <p>②SSPからメールが届いていない場合 →IDの本登録が行われていない可能性があります。 トップページ一番下の“ID登録”より新規登録を行ってください</p> <p>③SSPからメールが届いていないが、新規登録できない →SSPからのメールが迷惑メールとなっている可能性があります。 メール設定で、sekisui@sukoyaka-support21.comのアドレスをホワイトリストに入れる等ご対応ください</p>
ID/パスワードがわからなくなってしまった	本マニュアル P11-13 「ID/PWがわからないときは」に詳細を記載しておりますので、そちらをご確認ください
アカウントがロックされている	<p>パスワードの入力を5回間違えるとロックが掛かります しばらく待ってから、再度お試しください。 ※設定したパスワードの有効期限が切れている場合もあります その場合は health-up@sekisui.com までご連絡ください</p> <p>どうしても思い出せない場合は、 P11-13 「ID/PWがわからないときは」に対応方法を記載しておりますので、そちらをご確認ください</p>
メールは届いているのに、ログイン画面で「メールアドレスが該当しない」という旨のメッセージがでる	文字の半角/全角等の違いやスペース等、誤った文字や余計な文字が入っている可能性があります メーラーからご自身のアドレスをコピーしてペーストする等、正確なメールアドレスをご入力ください
本登録できない	<p>入力情報が誤っている可能性があります、以下に代表的な例を記載します</p> <p>①メールアドレスの文字（特に、や@、数字等）が全角になっている ※メールアドレスに利用できない記号を使用されている場合は、「禁則文字があります」というようなメッセージが出ます</p> <p>②保険証記号（例 化学：0101 ハウス：0206）が4桁入力されていない 保険証に記載された3桁の記号の頭に“0”を追加してご入力ください →特に多いケースです</p> <p>③氏名（カナ）が全角で入力されていない、姓と名の間にスペースがある</p>
「パスワードを忘れた場合」から入ってパスワードの再発行を行おうとしているが、再発行メールの発信ができない	<p>入力情報が誤っている可能性があります 代表例については上記の本登録できないの回答欄をご参照ください</p> <p>入力情報をご確認いただいた上で入力しても、ログインできない場合、健保にて強制リセットを行うことも可能です どうしてもログインできない場合はご相談ください</p>

3. ID/PWが わからない ときは

3. ID/PWがわからないときは

パスワードを忘れた、またはパスワードがロックされたときは、以下の方法で新たにパスワードの登録が可能です。

1

すこやかサポートパーソナル(SSP)へアクセス後、メールアドレスにSSPに関するメールが届いているか確認

メールアドレスにSSPに関するメールが

届いている

届いていない

2-A

ログイン画面から
“PWを忘れた場合”へ移動

セキスイ健康保険組合
すこやかサポートパーソナル

はじめてのアクセスの方は「ID登録」よりユーザーIDを登録してください

ログインID
ユーザーIDを入力してください

パスワード
パスワードを入力してください

ログイン

●パスワードを忘れた場合

2-B

ログイン画面から
ID登録ページへ移動

セキスイ健康保険組合
すこやかサポートパーソナル

はじめてのアクセスの方は「ID登録」よりユーザーIDを登録してください

ログインID
ユーザーIDを入力してください

パスワード
パスワードを入力してください

ログイン

●ID登録

●ID登録

※詳細はP5～10 “初回登録のおこないかた”をご覧ください

3

健康保険証を用意し、ご自身の情報を入力

パスワードを忘れたときは

STEP1:パスワード再入力セット STEP2:パスワード再入力セットメール送信 STEP3:パスワードリセット STEP4:確認

Step 1

ID/メールアドレス
登録されているユーザーID (Eメールアドレス)

新しいパスワード
8桁～16桁で、英字大文字・英字小文字・数字・記号の中から3種類の組み合わせ

新しいパスワード(確認)
新しいパスワードをもう一度入力してください

記号
0-956
保険証に記載されている「記号」を入力してください。
3桁の場合は前に0を入力し、4桁で入力してください。

番号
12345
保険証に記載されている「番号」を入力してください。

生年月日
2023/03/15
生年月日を入力してください。

カナ氏名
タニタマコトコ
全角カナで、姓と名の間に空けずに入力してください。
※「小書き文字(ユ、ヨ、ツなど)」は大きい文字で入力してください。(例) ニッタ→ニツタ

次へ

【注意事項】

入力事項	注意点
ID/Eメールアドレス	SSPに関するメールを受信しているアドレスをご入力ください
記号	保険証に記載された記号を「4桁で」ご入力ください (例) 101→「0101」
氏名カナ	全角カナで姓名の間を空けずにご入力ください ※「小書き文字(ユ、ヨ、ツ等)」は大きい文字で入力ください (例) ニツタ→ニツタ

枠内を全て入力の上、「次へ」を押す

3. ID/PWがわからないときは

4

届いたEメールに記載されたURLにアクセス

SSP (すこやかサポートパーソナル) <https://sekisui-ssp.sukoyaka-support21.com/psn/>
パスワードリセット完了のお知らせ

『すこやかサポートパーソナル(SSP)』のご利用ありがとうございます。

パスワードの仮リセットが完了しました。
以下のURLにアクセスして、本リセットの手続きを行ってください。

【本リセットURL】

<https://sekisui-ssp.sukoyaka-support21.com/psn/XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX>

※こちらのURLにアクセスして頂きますと、パスワードリセットは完了いたしません。

☆このメールにお心あたりがない場合やその他お問い合わせについては、
大変お手数ですがこちらまでご連絡いただきますようお願いいたします。
→【E-mail】セキスイ健康保険組合 保健事業グループ: health-up@sekisui.com
※このメールは、配信専用のアドレスで配信されています。
このメールに返信されても、返信内容の確認およびご返答ができません。
あらかじめご了承ください。

5

③で設定したパスワードと生年月日を入力後、実行ボタンを押し、登録完了

パスワードを忘れたときは

注意: 登録完了処理を行わずに終了すると、後日再度登録が必要となります

こんなときは・・・

よくある質問	回答
パスワードの再発行を行おうとしているが再発行メールが発信/受信できない	<p>入力情報が誤っている可能性があります。以下に代表的な例を記載します</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 保険証記号が4桁 (例 化学: 0101 ハウス: 0206) 入力されていない 保険証に記載された3桁の記号の頭に“0”を追加してご入力ください →特に多いケースです 2. メールアドレスの文字 (特に.や@、数字等) が全角になっている ※メールアドレスに利用できない記号を使用されている場合は、「禁則文字があります」というようなメッセージが出ます 3. 氏名 (カナ) が全角で入力されていない、姓と名の間にスペースがある <p>※上記を正しく入力の上登録しようとしても登録が出来ない場合、健保にて強制リセットを行うことも可能ですのでご相談ください</p>
アカウントがロックされてしまった	<p>パスワードの入力を5回間違えるとロックが掛かります しばらく待ってから、再度お試しください ※設定したパスワードの有効期限が切れている場合もあります、その場合は下記に記載された健保E-mailまでご連絡ください</p>
SSPからメールは届くが、ログイン画面で「メールアドレスが該当しない」旨のメッセージがでる	<p>文字の半角/全角等の違いやスペース等、誤った文字や余計な文字が入っている可能性があります メーラーからご自身のアドレスをコピーしてペーストする等、正確なメールアドレスをご入力ください</p>
SSPからメールが届かない 新規登録もできない	<p>SSPからのメールが迷惑メールとなっている可能性があります メール設定で、“sekisui@sukoyaka-support21.com”のアドレスをホワイトリストに入れる等のご対応をお願いします</p>

4. コンテンツ紹介

- ・ ログインする P 14～15
- ・ 健診結果を確認する
二次検診結果を報告する P 16～19
- ・ ストレスチェックを受検する P 20
- ・ 健康情報を見る P 21～22
- ・ 個人向けメッセージ・
お知らせを見る P 23
- ・ ユーザーIDを変更する
パスワードを変更する P 24～25

4. コンテンツ紹介（ログイン）

ここでは、すこやかサポートパーソナルの主要メニューとその利用方法についてご説明します

ログインする

- (1)SSPにアクセスすると、下記の画面が表示されます。
ログインID（Eメールアドレス）およびパスワードを入力し、ログインボタンを押してください。

すこやかサポートパーソナル

はじめてのアクセスの方は「ID登録」よりユーザーIDを登録してください

👤 ログインID

ユーザーIDを入力してください

🔒 パスワード

パスワードを入力してください。

ログイン

🔗 パスワードを忘れた場合
🔗 ID登録

利用可能時間 07:00 - 26:00
Copyright © 2015 INTAGE TECHNOSPHERE Inc. All Right Reserved. Version: 1.2.15

【ログインに5回以上失敗すると・・・】

不正利用を防ぐためパスワードロックがかかり、一時的にSSPにアクセスすることができなくなります。

しばらく待って再度IDとパスワードをご入力いただくか、P11～13の「パスワードを忘れたときは」から、新たにパスワードの設定を行ってください

4. コンテンツ紹介（ログイン）

(2)ログインすると「健康診断の結果を見る」が表示されます。

上部にあるタブを切り替えて、確認したいコンテンツが掲載されたページに移動してください。

(右は本マニュアルの参照ページ)

※各コンテンツアイコンは変更される可能性があります。ご了承ください。

【健診結果を確認する・二次検診結果を報告する】



P16~19

【ストレスチェックを受検する】



P20

【健康情報を見る（健康コラム・ヘルシーライフ）】



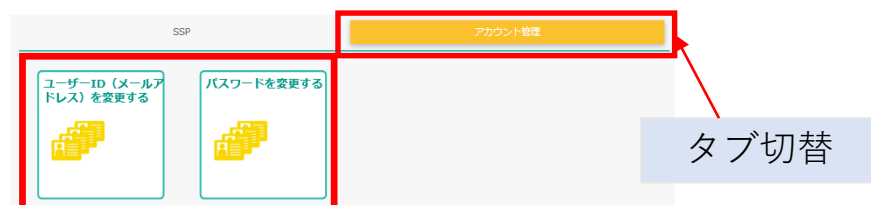
P21~22

【個人向けメッセージ・お知らせをみる】



P23

【ユーザーIDを変更する・パスワードを変更する】



P24~25

健診結果を確認する



- ここでは、最大で過去5回（5年）分の健康診断結果を表示させ、確認することが可能です。
- 健診結果の経年変化をグラフで確認することや、検査項目の説明、検査に関するアドバイスなども確認可能です。
- 「PDF出力」で健診結果票の出力が可能です。

健康診断結果画面



健康診断の結果を見る

健康診断結果

表示設定変更 PDF表示 判定説明

健診情報			
健康 一郎 さん			
受診日：2019.04.10の健康診断結果			
誕生日	1975/05/03	年齢	44
性別	男		
健診受診機関	すこやか中央病院		
受診種別	定期健康診断		

検査グループをクリックすると、検査値が表示されます。

総合判定

判定
2次検査対象

判定
C 身体計測
生活改善（経過観察）

判定
A 視力

PAGE TOP

【検診結果に関する留意点】

SSP上に表示される健診結果のうち、“血液検査” “血压” “尿検査” “便検査”の判定は、セキスイ基準による判定となり、医療機関の健診結果票の判定と異なる場合があります。

健診結果を確認する



・健康診断結果画面（詳細）

画面左のプラス「+」をクリックすると、検査項目の説明やアドバイス、グラフが表示されます。（この画像は表示された状態）

判定
A 血圧
異常なし

◆：セキスイ統一基準（健診結果判定と異なります）
※※判定が「ハイリスク」の場合は、至急受診してください。（治療中の方は、主治医に結果をみてもってください）

項目	基準値	2021.07.15	2020.09.17	2019.07.09
最高血圧	~129(mmHg)	118	122	121

最高血圧

項目	基準値	2021.07.15	2020.09.17	2019.07.09	2018.06.28	2017.06.21
最高血圧	~129(mmHg)	118	122	121	98	117

【健診結果（詳細）について】

- ・各健診項目について、ご自身の数値と基準値、その結果に対するアドバイスを掲載しています。
- ・過去と比べて良くなっている/悪化している、基準値と比べて良い/悪い、等を確認し、アドバイスと共に皆様の健康改善にお役立てください。

健診結果を確認する



・健康診断結果画面（保健指導対象者のみ）

項目	基準値	2021.09.03	2020.10.15	2019.09.13
【2次検査】血中脂質		再検査	再検査	
判定 + 健保保健指導				
項目	基準値	2021.09.03	2020.10.15	2019.09.13
保健指導コース		重症化予防Ⅱ		
指導区分		なし		
BMI（リスク）		1	1	1
血糖（リスク）		1	1	
血糖（治療勧奨）		1	1	
血圧（リスク）		0	0	0
血圧（治療勧奨）		0	0	0
脂質（リスク）		1	1	1
脂質（治療勧奨）		0	0	0
喫煙（リスク）		0	0	0
リスク		3	3	3
治療勧奨		1	1	1
メタボ区分		基準該当	基準該当	基準該当

該当する保健指導コースが表示されます

該当する危険因子（リスク）が表示されます

【健診結果（保健指導）について】

- 健康診断の各数値に基づいて、保健指導対象者となった方に対しては、上記の画面が表示されます。
- 保健指導を受診し、生活習慣病のリスクが高い状態を脱することが目的となりますので、以前受けた方や通院中の方も、必ずご受診ください。

二次検診結果を報告する

※二次検診対象者のみ

二次検査結果報告



二次検診受診完了後、アンケート一覧画面で「回答する」を押し、回答ください。

アンケート一覧

未回答のアンケートは期限内に回答してください。

【2020年度】 2次検査受診報告(肝機能)	回答期間: 2020/05/18~2021/03/31	回答状況: 未回答
【2020年度】 2次検査受診報告(血中脂質)	回答期間: 2020/05/18~2021/03/31	回答状況: 未回答
【2020年度】 2次検査受診報告(尿酸Ⅱ)	回答期間: 2020/05/18~2021/03/31	回答状況: 未回答
【2020年度】 2次検査受診報告(大腸Ⅱ)	回答期間: 2020/05/18~2021/03/31	回答状況: 未回答

【二次健診結果報告時の質問事項】

※赤字は回答必須

- **受診日**
- **受診した医療機関名**
- 受診した医療機関の診療科
- 受診した医療機関の住所
- **医師の診断結果**
- 診断内容や検査結果の詳細

【2020年度】 2次検査受診報告(肝機能)

二次検査受診報告 YYY年度の二次検査の受診報告をお願いします。「スタート」ボタンをクリックして回答を開始してください。

スタート

メニュー戻る

※産業医により「二次検査が不要」となった場合、以下の通りご記載ください。

これで質問は、終わりです。
お疲れ様でした。
結果を送信してください。

結果を送信する

メニューに戻る タイトルに戻る 1つ前に戻る

- 受診日
→ (入力) 入力日
- 受診した医療機関名
→ (入力) 産業医の判定により不要
- 医師の診断結果
→ (選択) 通院必要なし

4. コンテンツ紹介（ストレスチェック）

ストレスチェック

（毎年6～8月実施）



実施時期になりましたら、会社・健保からご連絡いたしますので以下のよりログインを行い、所定の質問事項にご回答ください。

心の健康支援システム e診断サービス@心の健康

■ 団体IDとパスワードを入力して「ログイン画面へ」ボタンを押してください。

■ 団体ID (Group ID)

■ パスワード (Password)

ログイン画面へ (To the login screen)

■ サービス稼働情報

● 現在運用中です。

● 動作環境について ● 利用上の注意 ● お問い合わせ先について

旧労働省委託「作業関連疾患の予防に関する研究」による研究成果を基に作成されています。

グローバルサイン提供サービス このサイトは、プライバシー保護のため、SSL暗号化通信を採用しています。

①ここでは、健保または事業所より通知される団体ID、パスワードを入力してください。

※団体ID、パスワードは、同じグループ会社であれば原則同じものになります。

English 閉じる

利用者ログイン

利用者ID、パスワードを入力して「ログイン」ボタンを押してください。

● 利用者ID

● パスワード

ログイン

● はじめての方 ● メールによるパスワード再発行

②ここでは、事業所ストレスチェック担当者より通知される利用者ID、パスワードを入力してください。

※利用者ID、パスワードは、個人毎に異なります。

ストレス診断を始めよう。

質問項目は全部で57問（所要時間約10分）です。質問は、以下の内容です。

1. あなたについて
2. あなたの仕事について
3. 最近1ヶ月間のあなたの状態について
4. あなたの周りの方々について
5. 満足度について

1 あなたについてうかがいます。あてはまるものを選んでください。

年代

最近1ヶ月間の就業時間

雇用形態

職務の種類

1 / 8 ページ 次へ

③利用者メニューで「ストレス診断をする」を選択し、質問事項にご回答下さい。

※ストレスチェックの実施は、実施期間中1度だけです。但し、ご自身の実施結果（ストレスプロフィール）は、随時確認できます。

健康コラムをみる



「RIZAPコラム」、「楽しく筋肉トレーニング」、「きこころのナビゲーション」という心身の健康に関わるコラムを掲載しています。



ここでは、RIZAP(株)が提供する、運動や食生活に関するコラムを読むことができます。



ここでは、健康診断の各数値に関して、皆さんの生活習慣や行動がどのような影響を及ぼすかについて書かれたコラムを読むことができます。

検査値が気になる方は勿論、体重や腹囲が増した方なども、是非ご覧ください。



ここでは、不安やストレスを軽減するための行動や、日常的に行える心のセルフケア等について書かれたコラムを読むことができます。

ヘルシーライフをみる



ここでは、年2回（3月・8月）発行する健保機関誌「ヘルシーライフ」の最新号およびバックナンバーをここから閲覧することができます。

健保ニュース（ヘルシーライフ）

すべて ▾

2024年度

2024年春号



- ▶ 生活習慣を改善してメタボを解消しましょう！
- ▶ 「年取の壁」への対応策として事業主の証明による被扶養者認定が可能となりました
- ▶ 2024~2026年度ヘルスアップ事業中期計画
- ▶ 健保保健師・看護師にききました！あなたの推し♥を教えてください
- ▶ 2024年度予算のお知らせ

PDF

バックナンバーはここから閲覧

最新号はここから閲覧

2022年春号より、一部の方を除き紙媒体での配布は行わず、健保HPでのPDFデータでの閲覧をメインに展開しています。ご了承ください。

また、ヘルシーライフに関するアンケートへのリンクもこちらに掲載しています。より多くの方に役立つ誌面を作っていきたいと考えておりますので、ぜひ皆様のご意見をお聞かせください。

個人向けメッセージ



ここでは、健康管理責任者、産業保健スタッフ、または健保組合から皆様に向けたお知らせやご案内を掲載しています。

コメント登録メールが送信されますので、都度ご確認ください。

個人への連絡 ログアウト

コメント一覧

2022.03.01 **NEW!** ● 【是非ご覧ください】機関誌「ヘルシーライフ2022年春号」を掲載しました (健保からのお知らせ)

お知らせ



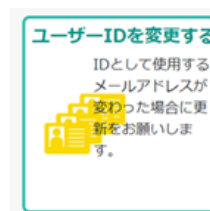
ここでは、SSPのシステムメンテナンス等に関するお知らせを掲載しています。

お知らせ ログアウト

お知らせ一覧

情報
お知らせデータが存在しません。

ユーザーIDを変更する



メールアドレス（＝ユーザーID）に変更があった場合は、**「必ず」**ここから手続きを行ってください。

A screenshot of the 'ユーザーIDを変更する' (Change User ID) web form. The form is divided into two steps: STEP1: ユーザーID仮変更 and STEP2: ユーザーID変更確定. Step 1 includes a note about domain registration and a list of input fields: 'ID/Eメールアドレス' (with a sub-note '登録するユーザーID(Eメールアドレス)'), '新しいID/Eメールアドレス' (with a sub-note '新しいユーザーID(Eメールアドレス)を入力してください。(Eメールを受け取ることが出来る必要があります)'), '新しいID/Eメールアドレス(確認)' (with a sub-note '新しいユーザーID(Eメールアドレス)をもう一度入力してください'), and 'パスワード' (with a sub-note '8桁～12桁で、英字大文字・英字小文字・数字の中から3種類の組み合わせ'). A '次へ' (Next) button is at the bottom right.

【よくある質問】

- ・ログインしようとしたが、パスワードがわからない
→ログインページ「パスワードを忘れた場合」からお手続きください
- ・メールアドレスを変更したが、パスワードを忘れてしまい
ユーザーID変更の手続きができない
→その旨を、health-up@sekisui.com にメールでお伝えください
(その際、氏名、所属、保険証記号・番号もお伝えください)

※ ログイン時に起きやすいトラブルとその解決方法については
本マニュアルP10とP12～13にも記載しておりますので、
併せてご確認ください

パスワードを変更する



ここでは、ログインパスワードの変更が可能です。
セキュリティ対策として60日ごとにパスワードの変更が必要となります。

アカウントサービス - パスワードの変更をする
STEP1: パスワード変更
Step 1
ID/メールアドレス: 登録するユーザーID(メールアドレス)
パスワード: 8桁~12桁で、英字大文字・英字小文字・数字の中から3種類の組み合わせ
新しいパスワード: 8桁~12桁で、英字大文字・英字小文字・数字の中から3種類の組み合わせ
新しいパスワード(確認): 新しいパスワードをもう一度入力してください。
次へ

**新しいパスワードを設定してください。
(文字数、文字種類などご注意ください)
設定後、次へボタンをクリックすると完了です。**

【ログインパスワードに関する注意事項】

- ・上記に記載した通り、セキュリティ対策上、SSPでは60日に1回の頻度でパスワードの変更を行う必要があります。お手数ではありますが、ご了承のほどお願いいたします。
- ・パスワードを忘れてしまった方に対して、健保でパスワードをリセットし新たなパスワードを送付することは可能ですが、新しいパスワードが送付された際や、パスワードを更新された際は、ご自身でご記憶（記録）をお願いいたします。