

健康・介護チャンネルで何ができるの？



ホーム

健康

- 健康手帳
- 健康日記
- 健康ライブラリ
- 健康クイズ
- 健康施設検索

健康状態を自己管理する「健康手帳」

健康プランを立てて実施する「健康日記」

リニューアルしました(^^)!



● ○ ○ ○ ○

【個人メンバーログイン】

メンバーID

 @

パスワード

ログイン

「健康日記」「健康手帳」はここからログインしてください。※メンバー登録が必要です。

介護

- 介護ライブラリ
- いま家族でできる介護って？
- 有料老人ホームのご案内
- Report 仕事と介護の両立

医療

- 病気ナビ
- 医療機関検索
- お薬検索

病院・病名・お薬の事が検索頂けます



食育・ライフバランス

- メタボリックシンドロームとは
- 食事バランスチェック
- 今日のおすすめランチ
- 今日のおすすめエクササイズ
- カロリートレーニング
- 生活習慣病とは？
- 今が旬 今月の野菜

今すぐチェック！健康チェックコンテンツ

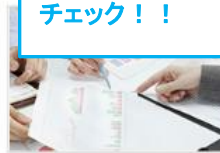
いくつかの質問に答えて健康状態を自己チェック！！



● 肥満度チェック



● 生活習慣チェック



● プレインチェック



● メンタルチェック



● アルコール依存度チェック



● 脳血管障害チェック



● 睡眠障害チェック



● 慢性疲労症候群チェック



● 生活習慣



● 不安神経症チェック

それぞれの年代ごとのお悩み相談

お役にたください
リンク集

それぞれ年代ごとに抱える悩み一緒に解決していきましょう！



【年代別】お悩み相談へ！>>

Information