

「健康づくりチャレンジ宣言」×「健康第一」アプリ で健康企業を目指しましょう！

第一生命がご提供する「健康第一」アプリは従業員さんの健康作りをお手伝いするアプリです。従業員さんの健康増進に向けて、是非アプリの利用を推奨ください！

アプリのご紹介

**健康
第一**

健康応援アプリ「**健康第一**」で
健康リスクをチェックしましょう

健康診断結果で
今の健康状態と**将来のリスク**が
その場でわかる！



まずはうら面を参考に
アプリをダウンロード&
利用設定してね。

My健診アドバイス

あなたの**健康年齢***と**健康タイプ**は？

健康診断結果を
スマホで読み取るだけ！

健康状態のチェックや
改善アドバイスが
受けられる



*「健康年齢」は(株)JMDCの登録商標です。



今の健康課題を**知ることで**
改善方法が**見つかる！**

疾病リスクチェック

同年齢・性別と比較した
あなたの**病気発症リスク**は？

健康状態や生活習慣から
かんたんチェック

がん 脳卒中
脳梗塞 心筋梗塞
糖尿病



※糖尿病は今後3年の間、がん・脳卒中・脳梗塞・心筋梗塞は今後10年間の発症リスクを予測。〈各疾病のチェック対象年齢〉がん：45～74歳、脳卒中・脳梗塞・心筋梗塞：40～69歳、糖尿病：30～83歳



リスクを知り、**生活習慣を**
見直すことで未来が変わる！

健康のために「歩くを楽しむ、続ける」

STEP
1

1日の歩数目標に
チャレンジ



今日は
ひと駅
歩くぞ

STEP
2

目標到達で
スタンプを獲得

スタンプの数
が多いと
当選確率アップ



STEP
3

毎週抽選で
当たるチャンス！



コンビニの
クーポンが当たる！

アプリから「サラリーマン川柳」を楽しもう

左にスワイプすると
「サラリーマン川柳」WEBサイトへ



アプリならカンタンに
楽しめる！

日常に起きる何気ない出来事を
ユーモアと風刺のセンスで
表現した作品を
毎年全国で大募集しています！



サラリーマン川柳
大募集中！

健康 第一

アプリを ダウンロード

iPhone端末



Android端末



利用設定

以下の手順を参考にご設定ください。



※担当者コードは任意項目のため、入力なしでもアプリをご利用できます。

推奨利用環境について

IOS	IOS12以上	Android	Android7以上
-----	---------	---------	------------

※本アプリの利用に料金はかかりませんが、パケット通信料はお客さまの負担となります。

※一部対応していない端末があります(タブレットまたはiPhone5/5cで、ウェアラブル端末をお持ちでない場合など)。

※本アプリはダウンロードサイズが大きいため、Wi-Fi環境下のダウンロードをおすすめします。

キャリアメール受信許可設定について

NTTドコモ、SoftBank、auが提供するキャリアメールをIDとして登録した場合、迷惑メールフィルタにより「健康第一」アプリからのメールが受信できない場合があります。受信できなかった場合は、以下のドメインもしくはメールアドレスを受信できるように設定をお願いします。

指定ドメイン	dai-ichi-life-hd.com dai-ichi-life.co.jp
指定メールアドレス	donotreply@instech.dai-ichi-life-hd.com otetsuzuki@dl.dai-ichi-life.co.jp

第一生命保険株式会社

〒100-8411 東京都千代田区有楽町1-13-1

電話 (03) 3216-1211 (大代表)

◎ホームページ <https://www.dai-ichi-life.co.jp/>

健康第一アプリに関するお問い合わせは
以下までメールにてお問合せください。

第一生命保険株式会社
松本支社 土橋
メールアドレス

Tsuchihashi602@daiichilife.com