

令和2年4月17日更新

学生及び教職員の皆様へ

保健管理センター長

健康状態把握アプリのご案内

株式会社ヘルステック研究所は、新型コロナウイルス（COVID-19）感染症が疑われる場合のチェック項目を各自が登録し、管理できるPHR（パーソナルヘルスレコード）アプリ「健康日記」を開発し、無償提供を開始しています。

本アプリは無料で登録可能です。登録したデータは、本学にワンクリックでメール形式により送信することができるとともに、蓄積されたデータを個人で振り返ることができます。皆様の健康状態把握のため、また、自分自身の健康情報の振り返りのために、本アプリの活用をお願いいたします。

データはスマートフォン内のみで管理されます。本人が明示的に送信しない限り、外部へのデータ送信はされません。

使い方の詳細は以下ファイル又はHPをご覧ください。

説明資料.pdf

<https://www.htech-lab.co.jp/covid19/>

登録データのメールの送付先アドレスは次のとおりです。

Email: hokekan■obihiro.ac.jp （保健管理センター）

（■を@に変更してください）

※4月15日にアプリが更新され、以下の機能が増えました。

○iOSヘルスケアアプリ/AndroidのGoogleFitとの連携を行うか、選択できるようになりました。

○健康フォローアップ記録について以下の修正を行いました。

- ・検査結果が「まだ分からない」ときと、熱が37.5度以上の時には赤字で表示します。
- ・メールの送信先を3つまで設定できるようにしました。
- ・入力忘れ防止のリマインド機能をつけました。

新型コロナウイルス(COVID-19) 感染症に係る 健康観察・管理サービスの使い方

株式会社ヘルステック研究所

協力

和歌山県立医科大学 情報基盤センター / 附属病院 医療情報部 准教授 山本景一

京都大学 環境安全保健機構 健康管理部門/健康科学センター

教授 石見拓 助教 松崎 慶一 助教 小林 大介

特定助教 島本大也 特定助教 立山由紀子

鈴鹿医療科学大学大学院 医療情報実践学 D1 久保 覚司

TMI総合法律事務所 弁護士 水戸 重之

新型コロナウイルス感染症に係る健康観察・健康管理機能

個人



- 以下の新型コロナウイルス感染症に係る主要な健康観察項目を記録できます。

<記録可能項目>

- ✓ 体温
- ✓ 症状
 - ・せき
 - ・息苦しさ
 - ・下痢
 - ・その他の風邪症状
- ✓ 薬の服用

- アプリに記録された健康観察情報をCSVファイル化して指定の宛先へメール送信できます。

※データはスマートフォン内のみで管理されます。本人がその意思に基づき自ら外部に送信しない限り弊社も含めた外部へのデータ送信はされません。

企業・学校・行政等



- 従業員や学生等の構成員に日々の健康観察項目の記録を促すことで、健康状態の把握をすることができます。
- 左に示す新型コロナウイルス感染症に係る主要な観察項目を収集・管理することができます。
- 個人が登録したデータは、管理者（会社、学校、自治体等）が指定するメールアドレスにワンクリックで送信することができます。
- 蓄積されたデータを個人で振り返ることもできます。

本アプリの概要

- 新型コロナウイルス（COVID-19）感染症が疑われる場合の主たる健康観察項目を各自が登録し、管理することができるアプリです。
- 疫学の専門家一同の協議で決定した以下の主要観察項目を記録し、CSV形式で共有できます。

<記録可能項目>

- ✓ 体温
- ✓ 症状
 - ・せき
 - ・息苦しさ
 - ・下痢
 - ・その他の風邪症状（鼻水、のどの痛み、頭痛等）
- ✓ 薬の服用

- データはスマートフォン内のみで管理されます。本人がその意思に基づき自ら外部に送信しない限り弊社も含めた外部へのデータ送信はされません。



※（株）ヘルステック研究所が開発中の、健康データを一元管理できるPHR（パーソナルヘルスレコード）アプリ「健康日記」に機能追加をして提供しています。

本アプリが解決する課題

自分の健康状態が不安



個人

構成員の健康管理に
どんなデータを取ったらよいか分からない



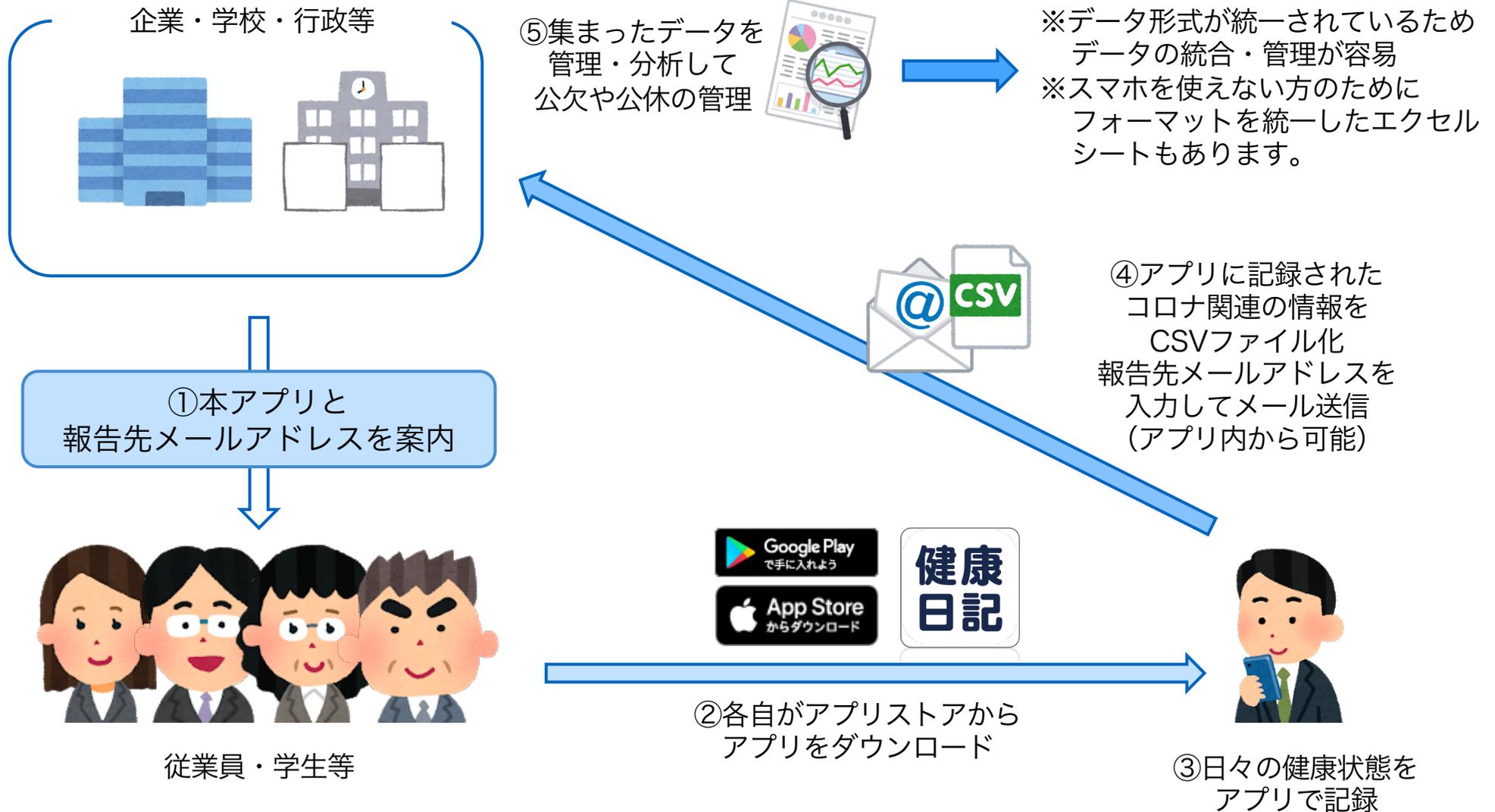
企業・学校・行政等

データの管理が煩雑

同じデータを
いろいろなところに
出さないといけない

データ形式がバラバラ
だと統一的な解析が
できない

本アプリの利用方法



本アプリから送付するCSV形式

アプリ内に記録されたコロナ関連情報は以下のような形式のCSVでメール送付可能です。

KNからはじまる
ユーザごとに一意のID

アプリ内で設定するニックネーム

ID	名前	日付	体温	せき	息苦し	鼻水	のどの	体のだ	下痢	頭痛	その他	その他症状詳細	解熱剤・せき	検査実施	検査結果
KN1001	ニックネーム	2020/2/1	36.8	無	無	無	無	無	無	無	無		Y	Y	陽性
KN1001	ニックネーム	2020/2/2	37.5	無	有	無	無	無	無	無	無		N	N	
KN1001	ニックネーム	2020/2/3	38.5	有	有	有	有	有	有	有	有	体がだるい	N	Y	陰性
KN1001	ニックネーム	2020/2/4	38.5	有	無	無	無	有	有	有	無		N	N	
KN1001	ニックネーム	2020/2/5	38.2	無	無	無	無	無	無	無	無		Y	N	
KN1001	ニックネーム	2020/2/6	37.1	無	有	無	無	無	無	無	無		N	N	
KN1001	ニックネーム	2020/2/7	36.7	無	有	無	無	無	有	無	無		N	N	
KN1001	ニックネーム	2020/2/8	36.6	無	有	無	無	有	無	無	無		N	N	
KN1001	ニックネーム	2020/2/9	36.6	無	無	無	無	無	無	無	有	のどの痛み	Y	N	
KN1001	ニックネーム	2020/2/10	36.7	無	無	無	有	無	無	無	有	のどが痛い	N	N	
KN1001	ニックネーム	2020/2/11	36.5	無	無	無	無	有	無	無	無		Y	N	
KN1001	ニックネーム	2020/2/12	36.7	無	無	無	無	無	有	無	無		Y	N	

起点日から14日分のデータを
1日につき1行で表示

症状は「有」「無」で表示
記録できるのは以下の8種類

- ・せき
- ・息苦し
- ・鼻水
- ・のどの痛み
- ・体のだるさ
- ・下痢
- ・頭痛
- ・その他症状

その他症状「有」の場合は
自由記述で詳細を記載

服薬・検査の有無は
「Y(飲んだ、検査した)」
「N(飲んでいない、検査していない)」
で表示

アプリ利用方法：アプリのインストール

「健康日記」アプリの利用は無料です。
お使いのデバイスに合わせて以下のQRコード、
またはアプリストアで「健康日記」と検索してインストールしてください。

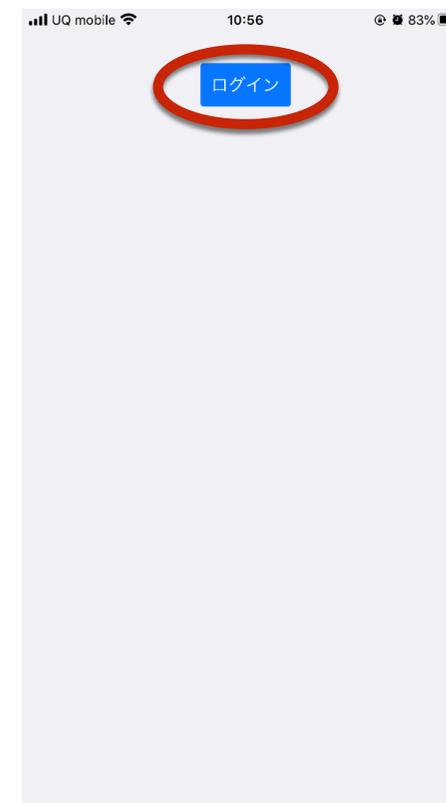
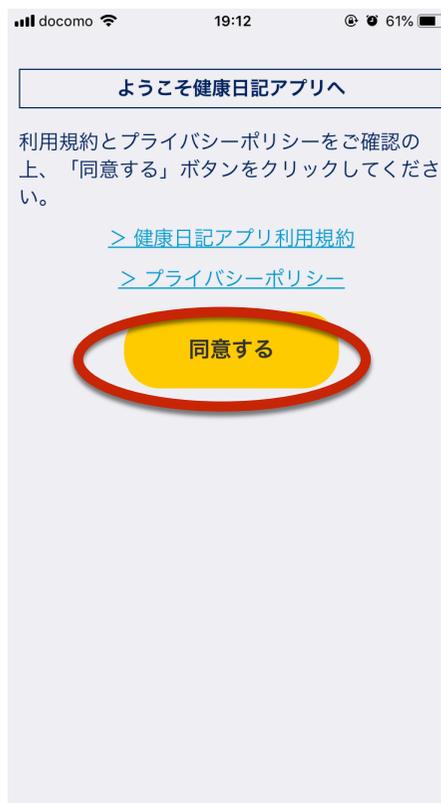


アプリ利用方法：アプリの開始

健康日記アプリを起動して「設定する」からアプリを開始してください。

利用規約とプライバシーポリシーをご確認の上、「同意する」ボタンをクリックしてください。

「ログイン」ボタンを押してください。



アプリ利用方法：アカウント作成

「新規登録」ボタンを押してください。

登録するメールアドレスとパスワードを入力し「新規登録」ボタンを押してください。

下記のように「登録が完了しました。登録いただいた情報にてログインしてください。」と表示されたら登録完了です。

健康日記

メールアドレス

パスワード

ログイン

パスワードを忘れましたか

新規登録 (無料)

アカウントを作成する

example@example.com

●●●●●●●●

●●●●●●●●

新規登録 (無料)

すでにアカウントを作成済みの方はこちらから

登録が完了しました。登録いただいた情報にてログインしてください。

健康日記

メールアドレス

パスワード

ログイン

パスワードを忘れましたか

新規登録 (無料)

アプリ利用方法：ログイン

登録したメールアドレスとパスワードを入力して「ログイン」を押してください。

「許可する」を押してください。

アプリの初期設定画面が表示されたらログイン成功です。



アプリ利用方法：初期設定

プロフィール情報を入力して「上記で設定する」ボタンを押してください。
※後ほど変更も可能です。

ようこそ健康日記アプリへ

下記の情報を入力して「設定する」ボタンをタップしてください。
※後ほど変更も可能です。

ニックネーム さん

生年月日

性別

お住まい

職種

上記で設定する

入力した内容に誤りがなければ「アプリをスタート」ボタンを押してください。

ようこそ健康アプリへ

設定お疲れ様でした！
下記の内容でよろしければ「アプリをスタート」ボタンをタップしてください！

ニックネーム タロウさん

生年月日 1980年9月26日

性別 男性

お住まい 東京都

職種 会社員

アプリをスタート

戻る

データのアクセス許可画面が表示されるのですべてのカテゴリーをオンにしたあと「許可」ボタンを押して初期設定完了です。

許可しない データのアクセス **許可**

ヘルスケア

“健康日記”が以下のカテゴリのヘルスケアデータのアクセスとアップデートを求めています。

すべてのカテゴリをオフ

“健康日記”に、表示されているすべてのヘルスケアデータタイプへのアクセスを許可または禁止します。

“健康日記”にデータの読み出しを許可:

	アクティブエネルギー	<input checked="" type="checkbox"/>
	安静時消費エネルギー	<input checked="" type="checkbox"/>
	最高血圧	<input checked="" type="checkbox"/>
	最低血圧	<input checked="" type="checkbox"/>
	心拍数	<input checked="" type="checkbox"/>
	体脂肪率	<input checked="" type="checkbox"/>
	体重	<input checked="" type="checkbox"/>
	歩数	<input checked="" type="checkbox"/>

アプリ利用方法：新型コロナ関連情報登録

特設ページより、新型コロナに関する健康観察データの登録が可能です。
同一日付で登録した場合は、新しく登録されたデータで上書きします。

The screenshots illustrate the registration process in three steps:

- Step 1:** The user is on the '新型コロナウイルス特設ページ' (COVID-19 Special Page). The 'データ入力' (Data Entry) button is circled in red.
- Step 2:** The user is in the 'データ入力' (Data Entry) form. The date is set to 2020/03/03. The temperature is 36.0°C. The user is prompted to enter symptoms and medication.
- Step 3:** The user is prompted to enter symptoms and medication. The '登録する' (Register) button is circled in red.

日付	体温	症状	薬の服用
2/27	36.9°C		無
2/26	36.4°C	せき	無
2/25	36.1°C	せき・下痢	無
2/24	36°C		無

※健康日記の標準機能として、血圧や体重の記録も可能ですが、今回の新型コロナには直接の関係をしないため説明を割愛します。

アプリ利用方法：新型コロナ関連データ送信

アプリ内に登録された新型コロナ関連データはCSV形式でメール送信できます。

データ送信の起点となる日を選択します。

データ送信

データ送信

日付	体温	症状	薬の服用
2/27	36.9°C		無
2/26	36.4°C	せき	無
2/25	36.1°C	せき・下痢	無
2/24	36°C		無

メールソフトが起動します

2020/03/10 から14日間

日付	体温	症状	薬の服用
3/10	36°C		無

上記のデータを送信します。
送信先メールアドレス
Test@test.com

データを送信

送信先のメールアドレスを入力（保存されます）

必要に応じて報告者名を入力

データがCSV形式で添付される

キャンセル 新型コロナウィルスに関する健康観察データの報告

宛先:

Cc/Bcc, 差出人:

件名: 新型コロナウィルスに関する健康観察データの報告

新型コロナウィルスに関する報告です。
添付のCSVファイルをご確認ください

報告者ID: KN2
報告者名: つばさ

※このメールの詳細はこちら
<https://www.htech-lab.co.jp/covid19/>

covid19_KN...200227.csv

メール送信

最新情報について

本アプリに関する最新の情報は、
以下のウェブサイトをご覧ください。

<https://www.htech-lab.co.jp/covid19/>

