

KENPOS とは？

生活習慣予防のための
セルフメディケーションエンジンとして、
“運動習慣 + 健康ループ”の実現を支援



健康維持をサポートするための健康活動を実施！

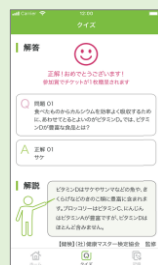
毎日の活動記録

行動	で歩いた	歩いた距離	歩いた時間	歩いたペース
	0.4km	2.2km	22分	60分
消費	消費カロリー	消費エネルギー	消費酸素	消費水分
	15,225kcal	9,500kcal		
健康	体重	体脂肪率	BMI	体年齢
	70.0kg	17.0%	22.0	22.1
食事・運動	摂取カロリー	消費カロリー	消費エネルギー	消費酸素
	1,709kcal			
血圧	収縮圧	拡張圧	脈拍	心電図
	110	70	80	
睡眠	まあまあとれた	起床時間	就寝時間	睡眠時間
		07:30		

健康イベント



健康コラム・クイズ



KENPOSポイントを貯めて商品に交換しよう

毎日の記録で
チケット獲得



チケットを使って
抽選参加



ポイントが貯まる!

ポイントと交換できる商品を約20,000点用意!

健康クイズ・チャレンジを11月に開催!

健康クイズに解答するだけで、KENPOSポイントが毎日もらえる!

開催期間: 2024年11月1日(金) ~ 2024年11月30日(土)

- ① 解答したら10P/日、正解したらさらに40P/日
- ② 正解・ハズレ問わず、期間内20日以上回答でさらに200P

クイズはアプリTOP画面から簡単に回答できます!



健康マイポータルからログイン▶

