

(ご家庭に持ち帰ってみんなで読みましょう)

健康ウォーク WEB 版！ 今年も開催！！ 全国どこからでも参加 OK！ 健康への第一歩！！

全国どこからでも参加できる『健康ウォーク WEB 版』を今年も開催します！

「けんぽれんあいち 健康ウォークサイト」を活用しての実施です。

期間は 2026 年 5 月の 1 か月間！

歩くところはどこでも OK です！ 職場の仲間やご家族と一緒にぜひ参加してみませんか？

また個人で目標を達成した方には達成賞をプレゼント！ 詳しくは下記をご覧ください！

概要

開催期間：2026 年 5 月 1 日（金）から 5 月 31 日（日）

内 容：開催期間中（1 か月間）の総歩数をアプリで計測

対 象 者：オークマ健康保険組合に加入している被保険者及び被扶養者

参 加 費：無料

申込方法：スマホ・PC からエントリー

申込期間：2026 年 4 月 15 日（水）から 4 月 30 日（木）まで

問合せ先：オークマ健康保険組合 奥村

Email：kenpo@okuma.co.jp 電話：0587-95-0913



申込方法

<STEP1> 「けんぽれんあいち 健康ウォークサイト」にアクセス

スマホ：右のQRコード

P C：<https://kenporenaichi-walk.healthlog.jp/kra2/>

<STEP2> 「今すぐ参加登録」もしくは「登録はこちら」を押す

<STEP3> 「①利用資格の確認」の参加パスワードに「06230262」を入力

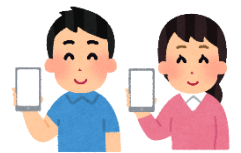
<STEP4> 「②メールアドレスの確認」でメールアドレスを入力

※参加者1人につき1つのメールアドレスが必要です

※「kenpo-net.jp」からのメールを受信できる設定が必要です

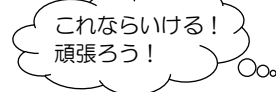
<STEP5> 「参加登録のご案内」メールから「③参加登録」ページにアクセス

<STEP6> 登録情報を入力したら登録完了



目標&達成賞

★ 目標は1か月の総歩数 **240,000 歩！** (目安：1日 8,000 歩×30日)



歩数のアプリ連携 (歩数の手入力分はカウント外です) で、

目標達成の方全員に QUOカードPay **1,000円分** プレゼント！



歩数データの記録方法は2とおり！（自動入力が便利です!!）



RenoBodyのダウンロードはこちらから！↑

【自動入力】

- <STEP1> 「RenoBody」アプリをダウンロードし、登録手続きをする
- <STEP2> 健康ウォークWEB版にログインし、「RenoBodyと連携」ボタンを押す
- <STEP3> 「RenoBody」にログインし、「データ連携を許可」ボタンを押す

STEP1 → STEP2 → STEP3

【手入力】（注）目標達成賞の歩数のカウントにはなりません！

- <STEP1> 健康ウォークWEB版にログインする
- <STEP2> マイページの記録入力画面で歩数を入力（1日の歩数の入力上限は50,000歩）

いろんなコンテンツも使えて、毎日楽しくウォーキング！

～バーチャルマップで日本の城・城跡を巡ろう～

- 歩数に応じてマップの現在位置が変わります！



～もう少し行けるかな？～

- 期間別、年代別で個人の総歩数のランキングが確認できます！

総歩数ランキング（個人）				平均歩数ランキング（チーム）			
過去7日	過去30日	全期間	年代別	過去7日	過去30日	全期間	
集計範囲:01/04~01/11				集計範囲:10/01~01/31			
順位	ニックネーム	総歩数	平均歩数	順位	チーム名	平均歩数	メンバー数
1位	てすと太郎さん	699,993歩	99,999歩	1位	ババリア種族	35,243歩	1人
2位	ほうけんさん	23,617歩	5,904歩	2位	QQQ	10,317歩	2人
3位	つものさん	10,345歩	10,345歩	3位	鬼殺隊	9,959歩	5人
4位	テストタロウさん	200歩	200歩	4位	あいうえおかきくけこしずせそたちつと	555歩	1人

～正しい知識を身に付けて習慣化～

ウォーキングに関連した健康記事や動画が閲覧できます！





不妊・妊活に関する健康支援サービスを導入！ 不安・お悩み解決のお手伝いをします！



当健保組合は、にしたん ART クリニックと提携し、2026年4月から、不妊・妊活などに関する健康支援サービスを利用できるようになりました。

プライバシーはもちろん厳守！ 支援内容や相談内容等の個人情報が会社や健保組合に知られることはありません。安心してお気軽にご利用ください。

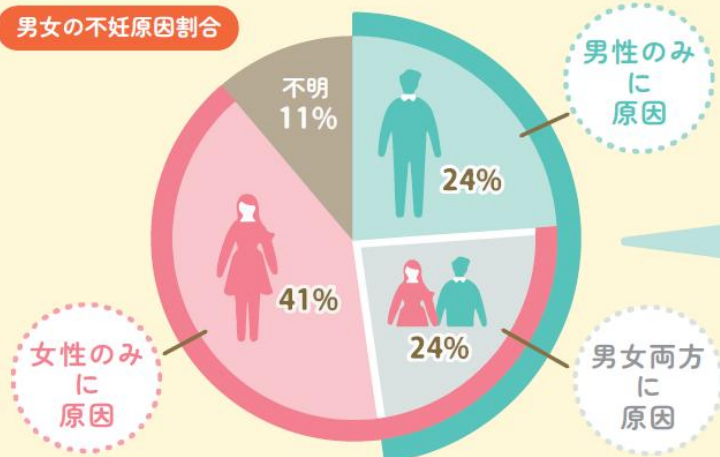
	無料相談窓口	無料 AMH 検査（女性のみ）
対象者	オークマ健康保険組合の加入者（被保険者・被扶養者）	
概要	不妊・妊活・卵子凍結・不妊治療などの保険適用範囲、女性特有のお悩みなど、匿名かつ全国どこからでも相談可能	卵巣の中に残っている卵子の数を推測する血液検査 未婚、既婚問わず検査可能 (1年に1回推奨)
利用方法	電話：0120-542-212（通話料無料） 平日・土日祝 10:00～18:00 メール：support@nishitan-art.jp ※3日以内に返信があります	下記 QR コードから予約 全国 12 か所のクリニックで検査可能 (所要時間 30 分～1 時間)
その他	 <p>左記から各種サービスの詳細が確認いただけます。 AMH 検査の予約も左記から可能です。 パソコンからのアクセスはこちらから</p>	<p>次ページのチラシもご覧ください</p> 

不妊症は女性だけの問題だと思いませんか？

じつは不妊症の原因は **女性にも男性にも...**

WHO(世界保健機関)が不妊の夫婦(カップル)を対象として実施した検査によれば、
不妊の原因は**男女半々**であることがわかっています。

男女の不妊原因割合



ご存知ですか？ 身近に潜む男性不妊





女性の相談

- ・妊活の予定はないが、PMSや生理痛が辛い。
- ・将来に対して不安なので相談したい。
- ・AMH検査や、卵子凍結について教えてほしい。



男性の相談

- ・男性はどのような検査があるのか？
- ・不妊治療を行っている部下・同僚へのサポートについて相談したい。



パートナーとの相談

- ・不妊治療を検討しているが、どのように開始するのか。
- ・パートナーと来院が必要なのか？



女性特有のお悩み、妊活、不妊、男性不妊、 卵子凍結、不妊治療の保険適用範囲など

にしたんARTクリニックのカウンセラーが、あなたの不安の解決へ繋がるよう、親身にご回答いたします。
初めての方でも/治療中の方のセカンドオピニオンとしてもご利用いただけます。

無料相談窓口

匿名相談・土日祝も/全国どこからでも

電話またはメールへお気軽にご相談ください。

☎ 0120-542-212 平日・土日祝 10:00~18:00

✉ support@nishitan-art.jp
※メールでのご相談は3日以内にご返信いたします。

AMH (抗ミュラー管ホルモン) 検査 を無料で受けられます。

●AMH 検査とは

発育途中の卵胞から分泌されるホルモンの値を範囲で計測し、
卵巣の中に残っている卵子の数を推測する血液検査です。
最短30分~1時間で結果がわかります。

※ 個人が特定できる情報を、職場等に報告することはありませんのでご安心ください。

詳細・ご利用は
こちらから↓

詳しくは
こちら



にしたんARTクリニック
不妊治療・生殖医療

東京・横浜・名古屋・京都・大阪・神戸・福岡
駅直結/駅近・平日22時まで診療

