

個人向け健康ポータルサイト



初回登録で
500ポイントが
もらえます!!
(令和7年9月30日まで)

医療費のお知らせは こちらで確認できます

毎日が楽しくなる♪めざせ「健康マスター」!!

アプリでも利用できます!! ~スマホ用~

無料

iPhone版、Android版の両方をリリースしています。
入手方法は公式ストア〔App Store(iPhone)〕〔Google play〕にて
「MY HEALTH WEBアプリ」のダウンロード(無料)が可能です。



公式キャラクター
「ヘロンくん」



スマホ
対応



コンテンツ内容

1
特定健診結果情報を
いつでもどこでもチェック!

2
医療費情報などを
簡単チェック!

3
ジェネリック医薬品の
差額情報をチェック!

4
BMI・体重・血圧・歩数
など簡単記録管理!

5
健康づくりに
役立つ情報が満載!

6
ご利用に応じて獲得した
ポイントで商品Get!



お問合せ先

「MY HEALTH WEB」ヘルプデスク TEL:03-5213-4467

9:00~17:00 (土日祝日除く)

お問い合わせの際は、東糧健康保険組合の被保険者等 記号・番号をお伝えください。
当事業は株式会社法研に委託しています。株式会社法研は「プライバシーマーク」使用の許諾事業者として認定されています。

1 MY HEALTH WEB にアクセス

東糧健康保険組合のホームページへアクセス

URL <https://www.toryokenpo.or.jp/>

検索エンジンから

東糧健保

検索

ホームページ内の[MY HEALTH WEB]バナーをクリック



(ログイン画面)

2 初回登録をする

ログイン画面の【初回登録の方はこちら】のボタンをクリック

ログインできる方は被保険者(本人)に限られます。
なお、当組合で被保険者の資格登録の処理を行ってからおよそ1カ月は登録できません。

「被保険者等 記号・番号」「仮パスワード(西暦生年月日)」「氏名(全角カナ)」「メールアドレス」を入力し、【送信する】ボタンをクリック

※個人情報となりますので、職場や家族など、複数の方々で共有利用しているものではなく、個人用のメールアドレスでのご登録をお勧めします。

※メールの受信拒否をされている方は

【@mhweb.jp】【@mhweb-info.jp】【@mhweb-entry.jp】からのメールが受信できるよう設定をお願いします。

3 本登録をする

登録したメールアドレスに届いた本登録のためのURLをクリック

画面表示に従って「新しいパスワード」を入力し、登録完了

パスワードは任意で必ず半角の、数字、大文字の英字、小文字の英字をすべて1文字ずつ含む8文字以上16文字以内で登録してください。記号は使用できません。
生年月日や電話番号など、他人に推測されやすい文字列は、入力しないでください。



4 MY HEALTH WEB にログイン

ログイン画面に戻って「ID」「パスワード」を入力してログインしてください。

※事業所異動などで記号番号が変わった方は、新しい記号番号をIDとして入力してログインしてください。
(パスワードは変更ありません)

初回登録

「MY HEALTH WEB」をご利用になるには、ログインIDとパスワードが必要になります。
被保険者等記号・番号と仮パスワード(生年月日)と氏名(全角カナ)及びメールアドレスを入力し、
「送信する」ボタンをクリックしてください。
入力したメールアドレスに本登録のためのURLが記載されたメールが届きます。

※健康保険証をお持ちでない方は、記号・番号は
①マイナポータル②資格情報のお知らせ③資格確認書のいずれかでご確認ください。
健康保険証をお持ちの方は、下記を参照にご入力ください。
記号番号の確認方法は[こちら](#)

(例)

健康保険 被保険者証	本人(被保険者)	令和2年 〇月 〇日交付
記号	120	番号
氏名	〇〇 〇〇	
生年月日	〇年 〇月 〇日	
資格取得年月日	平成 〇年 〇月 〇日	
事業所名称	株式会社〇〇	
保険者所在地	東京都千代田区東神田 3-3-3	
電話番号	03(3864)8711	
保険者番号名称	06132476 東糧健康保険組	

保険証記載の【記号】【番号】
ログインID
記号 - 番号
生年月日8ケタ(仮パスワード)
パスワード
選択して下さい 年 月 日

被保険者等記号・番号 記号 - 番号

仮パスワード
(生年月日) 選択して下さい 年 月 日

氏名(全角カナ) セイ
メイ

メールアドレス
(確認用)

※誤ったメールアドレスを入力して送信すると、
再度初回利用登録が可能となるまでに
3時間以上間隔を空ける必要があります。
登録内容を十分に確認の上、送信してください。

送信する

初回利用登録

本登録手続き

パスワードは半角英数字混在で8~16文字以内で登録してください
アルファベットは大文字・小文字使用可能です。記号は使用出来ません。
数字、大文字の英字、小文字の英字を1文字ずつ入れてください。
パスワードと確認用の両方を入力して下さい。

新しいパスワード
(確認用)

次へ

本文中に記載されている会社名、製品名等は、各社の登録商標または商標です。本文中ではTM、®マーク等は明記していません。

※Apple、Apple ロゴ、iPad、iPhone、Safariは、米国及び他の国々で登録された Apple Inc. の商標です。 ※iPhone商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。

※iOS商標は、Cisco Systems, Inc.のライセンスに基づき使用されています。 ※App Storeは、Apple Inc.のサービスマークです。

※Google、Android、Google Chrome、Google Play は、Google Inc. の商標です。 ※Google PlayおよびGoogle Playロゴは、Google LLC の商標です。 ※Windows、Windows Edge、Internet Explorerは、米国Microsoft Corporationの米国及びその他の国における登録商標です。 ※Windowsの正式名称は、Microsoft Windows Operating Systemです。

※Amazon、Amazon.co.jpおよびそれらのロゴはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。

マイヘルスウェブで できること

PC・スマートフォン・タブレット端末対応



医療費情報

医療費明細・給付金支給明細・ジェネリック医薬品差額情報などを確認することができます。

健診結果情報

健診結果や改善アドバイスを確認できます。

MYポイント

毎日のログイン時、体重や血圧などのバイタル登録時、ミッション記録時など、サイトの活用ごとにポイントが貯まります。貯まったポイントで好きなアイテムと交換することができます。
ポイント履歴・アイテム交換・ポイントメニュー

MYダイアリー

ログインした日や、MYミッションが達成できた日は、マークを表示します。

MYバイタル

毎日の体重・血圧・歩数・BMIを記録することができます。また、目標値が設定でき、記録は分かりやすくグラフ表示されますので、健康管理に役立ちます。

ステータス

ご本人のステータス情報を表示します。
目標歩数・目標体重

MYメール

ご本人様へのお知らせメールを表示します。

健康情報

MY HEALTH CLUB

エクササイズ動画や特集記事、健康レシピ、専門家による連載など、楽しく健康になれる情報を毎日更新しています。

MYミッション

生活習慣改善に関する6つのカテゴリから、ご自身が設定したミッション(行動目標)を表示します。

新着情報

健保ニュース・更新情報を表示します。

東糧健康保険組合 各種設定 ログアウト

MYポイント 13053P MYメール MYページ ご利用案内 よくある質問

医療費情報 健診結果情報 MY HEALTH CLUB 機関紙

MY HEALTH WEB

MY HEALTH WEB ようこそ

PICK UP 腸内環境を整えて、免疫力を高めるレシピ 西岡 麻央

PICK UP 未来に貢献 すること 岡田 麻央

PICK UP ヨガは“人生の道しるべ” 楽しく生きられるようになりました (編集)

PICK UP 産後Report 仕事と子育ての両立に悩む 6ヶ月の協力が必要! ても協力できると? 子育てママ倶楽部

進行中のミッション

塩分の多い食事を控える 終了日: 2022/06/22(水)

血圧を測って記録する 終了日: 2022/06/22(水)

新着情報

2022/06/09 お知らせ 健保組合からのお知らせ

2022/04/15 更新情報 「MHWアプリ」バイタルデータ連携機能改修のお知らせ

2022/01/18 更新情報 「MY HEALTH WEB」システムメンテナンス対応完了のお知らせ

