

# スマートフォンアプリ『Mealthy』の使い方



# App Store で「メルシー」と検索



**栄養士サポートとカロリー管理で簡単  
ダイエット！「メルシー」**



1. 法人プログラムを有効化する	・・・P4
2. 問診を入力する	・・・P5
3. 初回面談を予約する	・・・P6
4. メイン機能の説明	・・・P7
5. 初回面談を受ける	・・・P8
6. 栄養士に相談する	・・・P9
7. ごはんを探す	・・・P10
8. 体重を記録する	・・・P11
9. 不具合・お問い合わせ	・・・P12

# 1. 法人プログラムを有効化する（最重要）

アプリのダウンロード後にメールで届いた法人プログラムコードを入力してください。  
個人情報保護の為ユーザー名は**ニックネーム**で記入ください



電話番号を入力



入力した電話番号に6桁の  
ワンタイムパスワードを発行



ユーザー名に  
ニックネームで記入



メール等で案内された  
プログラムコード  
を入力

法人プログラムに入会することで、管理栄養士へ無制限の相談ができます。  
メールで届いたプログラムコードを用いて有効化できます。

## 2. 問診を入力する

法人プログラム入力後、次に出てくる画面の指示に従い  
問診回答フォームを進めてください。

16:20 初回面談

初回面談を実施するためには、問診への回答と、初回面談の予約が必要となります。

**STEP1 問診の回答**

以下のボタンから、問診に回答ください。

問診に回答する

**STEP2 初回面談の予約**

以下のボタンから、ご都合の良い時間帯を回答ください。

初回面談を予約する

16:20 docs.google.com

完了

**【特定保健指導】初回問診回答フォーム**

こんにちは。  
Mealthy保健指導事務局です。

特定保健指導プログラムに参加するにあたって、初回面談までにアンケートフォームに回答ください。

初回面談にはユーザーIDを用いますので、Mealthyのアプリをダウンロードして、IDの確認をお願いします。

\*必須

メールアドレス \*

メールアドレス

所属する健康保険組合の名称を教えてください。 \*

回答を入力

16:21 docs.google.com

**【特定保健指導】初回問診回答フォーム**

\*必須

病気等の有無について教えてください。

Q1 現在、服薬している薬はありますか？該当するものすべてにチェックをいれてください。 \*

なし

血圧を下げる薬

インスリン注射または血糖を下げる薬

コレステロールを下げる薬

Q2 医師から診断をされたり、または治療を受けたことがある病気はありますか？該当するものすべてにチェック

16:24 docs.google.com

Q9 目標を達成した時に、自身にいくら相当の金額のご褒美を与えますか？健康に対するあなたの価値を自由に記入ください。 \*

10000

回答のコピーが指定したアドレスにメールで送信されます。

4/4 ページ

戻る 送信

Google フォームでパスワードを送信しないでください。

reCAPTCHA  
このコンテンツは Google が作成または承認したものではありません。不正行為の報告・利用規約

Google フォーム

問診を入力

メールアドレス、  
所属の健康保険組合  
を回答

問診に回答

送信

### 3. 初回面談を予約する

問診回答フォームの入力後、初回面談の予約を入れてください。  
参加者の確認のため、**姓・名を实名**(保険証通りの漢字記載)で記入してください。



時間枠をタップ

※1週間先で予約が可能な時間枠に、水色の丸が表示されています。



「登録しないで次へ」をタップ



基本情報を入力

※お名前は、保険証どおりの实名で入力してください



「次へ進む」をタップ



「完了する」をタップ

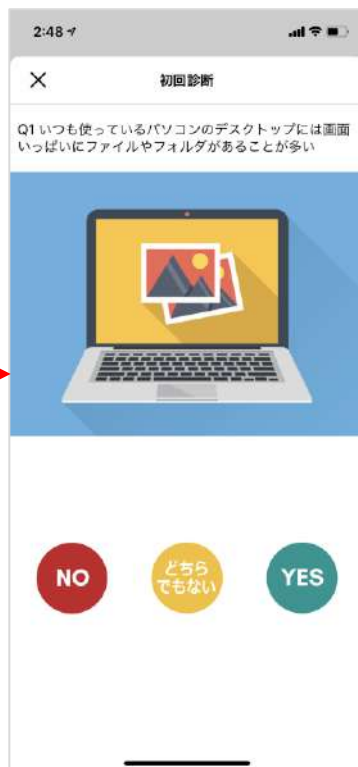


この画面の後に「予約受付完了」のメールが届きます。

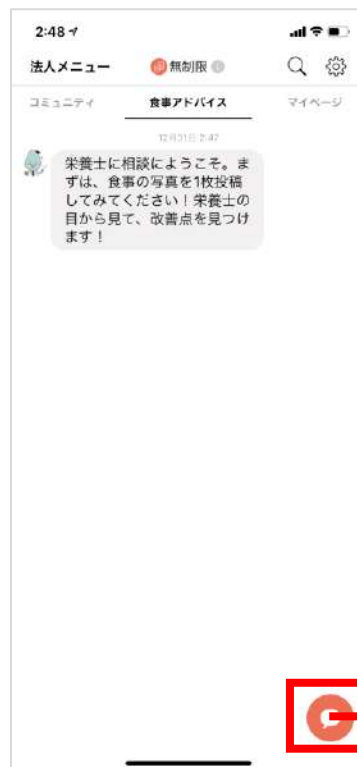
## 4. メイン機能の説明



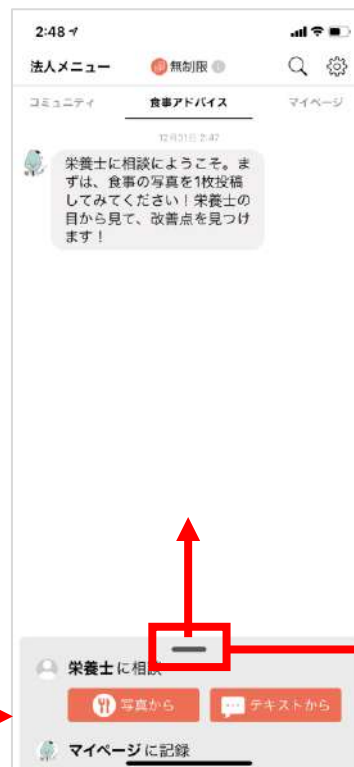
「無料相談をする」をタップ  
※法人プログラムでは  
お金は一切かかりません。



性格診断を実施



食事アドバイス  
HOME画面



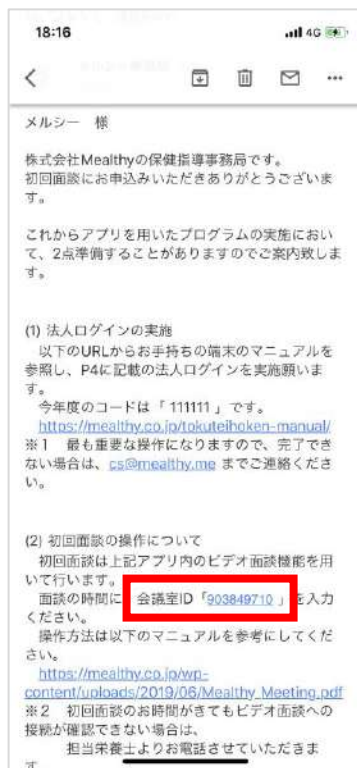
右下の吹き出しボタンを  
タップすると、パネルが表示。  
各種機能を選択できます



パネルを上をスワイプ  
または「-」ボタンをタップ  
パネルの機能が  
すべて表示されます

## 5. 初回面談を受ける

初回面談のご予約後にメールで会議室IDが送られてきます。  
**会議室ID**が届かない場合は、[cs@mealthy.me](mailto:cs@mealthy.me) まで必ずご連絡ください。



初回面談時に必要な  
会議室IDが送られてきます



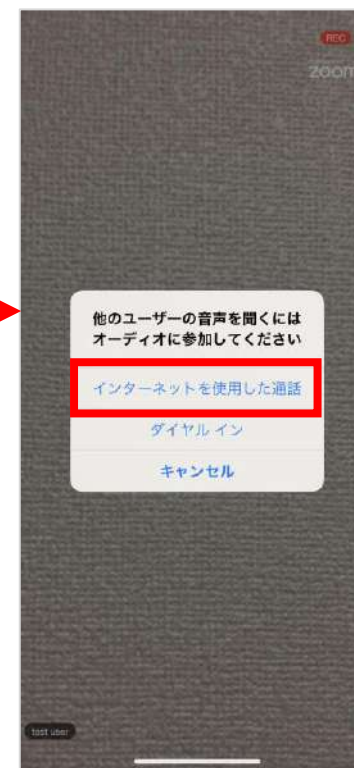
画面左上の  
法人メニューをタップ



ビデオ面談の開始を選択



会議室IDを入力



通話の種別を選択

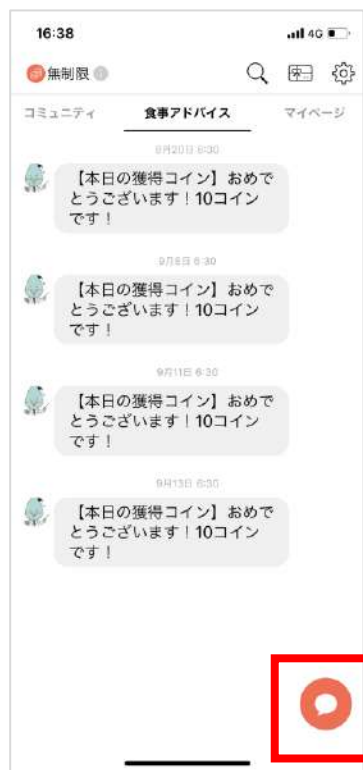
初回面談の1分前にはこの画面操作をお済ませ頂くとスムーズです。時間になると自動的に画面が切り替わります。

**緊急対応：カスタマーサポートセンター 03-4500-8088 [平日9:00~18:00]**

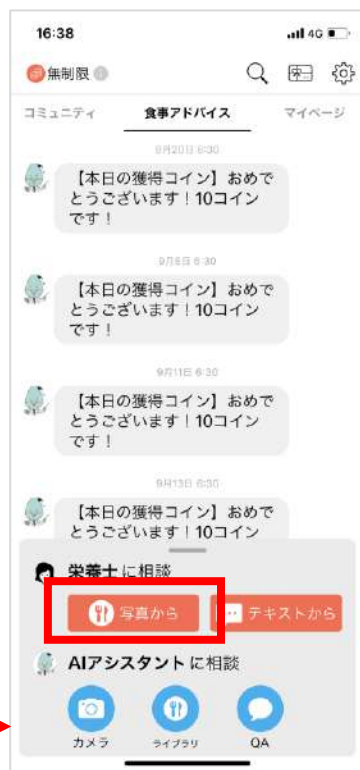


## 6. 栄養士に相談する

「食事アドバイス」から食事写真を投稿することで、  
担当栄養士からアドバイスが届きます。



食事アドバイス内右下の  
吹き出しマークをタップ



メインパネル内の  
栄養士に相談から  
写真を選択



食事写真を選択



栄養士に相談するをタップ  
して担当栄養士に相談



食事写真投稿後、  
24h以内に  
アドバイスが届きます

## 7. ごはんを探す

外食・コンビニで気軽にダイエット  
現在地周辺のダイエットメニューを検索します。



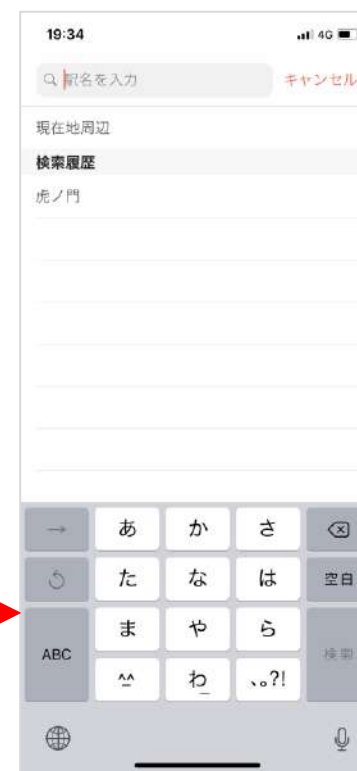
メインパネルから  
ごはんを探すを選択



現在地から  
近くのヘルシーメニューを  
検索できます。



プロフィール情報のに基づき  
減量できるメニューだけを  
表示します



駅名からも検索可能！



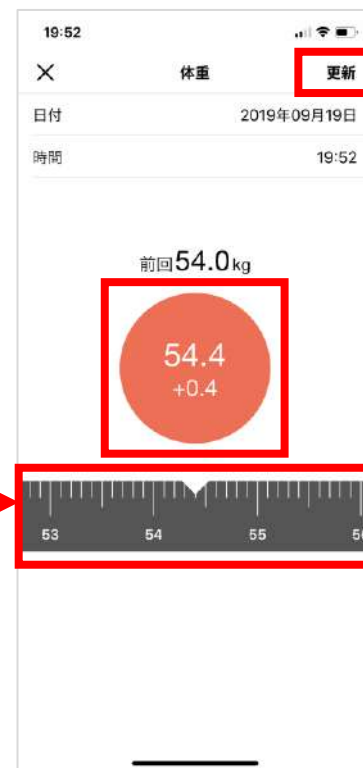
ジャンルからも検索可能！

## 8. 体重を記録する

体重記録は朝、晩2回の記録がポイント



メインパネルから  
体重を選択



メジャーを横に移動すると  
体重の数値が変わります。  
丸ボタンまたは右上の更新  
ボタンにて、体重を記録

## 9. 不具合・お問い合わせ



①設定ボタン



③お問い合わせ画面へ

②バージョン情報

現在のアプリのバージョンが最新であることを確認ください。  
最新でない場合は、一部機能を活用できない機能があります。  
アプリのバージョン、スマートフォンの端末の種類やOS、不具合の状況について、  
アプリ内の「**お問い合わせ**」内のフォームからご連絡ください。