

東京貨物運送健康保険組合 健康アプリ

健康アプリ「トーカ元気!」で健康管理しませんか!

トーカ元気アプリに登録すると!

- ▶ 健診結果の確認(自身の経年変化も管理)
- ▶ 健保だより、健保のホームページの閲覧
- ▶ いち早く健保イベント情報を入手、申込みができる などなど

V-Point
健診結果を
アプリで
管理

経年変化も
一目で
わかる



スコア表示で
分かりやすく
健康解説

健診データや
健康スコアの
情報を
いつでも確認

スマホから
簡単登録
登録方法は裏面へ



コンテンツ
健康に関する
いろいろな
知識をお届け



イベント情報も
いち早く通知

運動・食事・
病気などの
情報を日々更新



新規登録者には
500ポイント
プレゼント

利用するほど
ポイントGET!

- 新規登録
- ログイン
- 健診受診
- 各種イベント参加

ポイント交換!





<https://www.risptokyo.com/Toka-Genki/>

にアクセスしてください

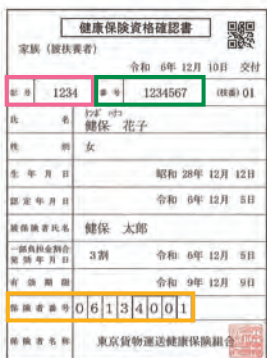
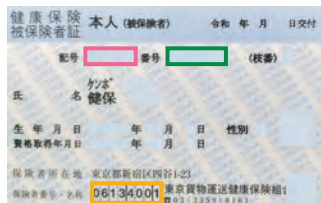
QRコードから簡単アクセス

※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。



新規登録をクリックして情報を入力してください

- 保険証の番号は間違えずに入力してください。番号を間違えると情報が反映されません。
- 入力画面の(※参考)をクリックして保険証を確認しながら入力していただくことをおすすめします。



資格情報のお知らせ

あなたの加入する健康保険の資格情報を下記の通りお知らせします。
なお、このお知らせのみでは登録できません。

記号	1 2 3 4	番号	1 2 3 4 5 6 7	扶養	0 1
氏名	健保	花子			
フリガナ	ケンボ	ハナコ			
発効年月日	令和 6年 9月 1日				
有効期限	令和11年 7月 9日				
負担割合	2割				
資格取得年月日	令和 6年 9月 1日				
交付年月日	令和 6年 9月 19日				
保険者名	東京貨物運送健康保険組合				

スマートフォンをお持ちの方は、右の二次元コードからマイナンバーカードをログインすることで、ご自身の健康保険の資格情報を確認することができます。ぜひご利用ください。



マイナンバーカードの読み取りができない別々の場合については、スマートフォンの資格情報画面をマイナンバーカードとともに健康保険の資格情報を受信することで受取いただけます(スマートフォンをお持ちでない方は、この文章をマイナンバーカードとともに健康保険等の交付で提示することで受取いただけます)。

資格情報のお知らせ

記号	1 2 3 4	番号	1 2 3 4 5 6 7	扶養	0 1
氏名	健保	花子			
発効年月日	令和 6年 9月 1日				
有効期限	令和11年 7月 9日				
負担割合	2割				

受給の際にはマイナンバーカードが必要ですが、上記の通りご入力いただくこともできます(このお知らせのみで登録できません)。

※保険者名カナ、記号、番号、保険者番号、生年月日、性別が一致しないと登録できません。



全てを入力すると携帯電話のSNSに「認証コード」が送られますので、その数字を入力して確認ボタンを押したら、**登録完了**です！

- 認証コードは登録した携帯番号に届きます。
- ショートカットをスマホの画面に登録すると、次回以降は1タップで起動できます。

健診データを
確認しよう！



健診データ・健康スコアを
をクリックして進みます。
この際、**セキュリティコード**が
求められますので、ご自身の
生年月日8桁
(西暦年4桁+月2桁+日2桁)
をご入力ください。

例)
1990年1月23日生まれの場合
… 19900123

1 What's Life

生活習慣アンケート
や調査であなたの
結果を確認。

実際に使ってみよう！

アプリの 機能紹介

3 V-Point

健診データや
健康スコアの情報を
いつでも確認。

4 Let's Do It

自由に目標を立て、
改善に取り組む。
参加したプログラムの
確認。

2 コンテンツ

栄養、運動など様々な
情報をご提供。

5 メッセージ

保健師や管理栄養士
と直接やり取り。