



## MamaWell ご利用の流れ

1. チラシ等に記載のQRコードからMamaWellのアプリをダウンロードします

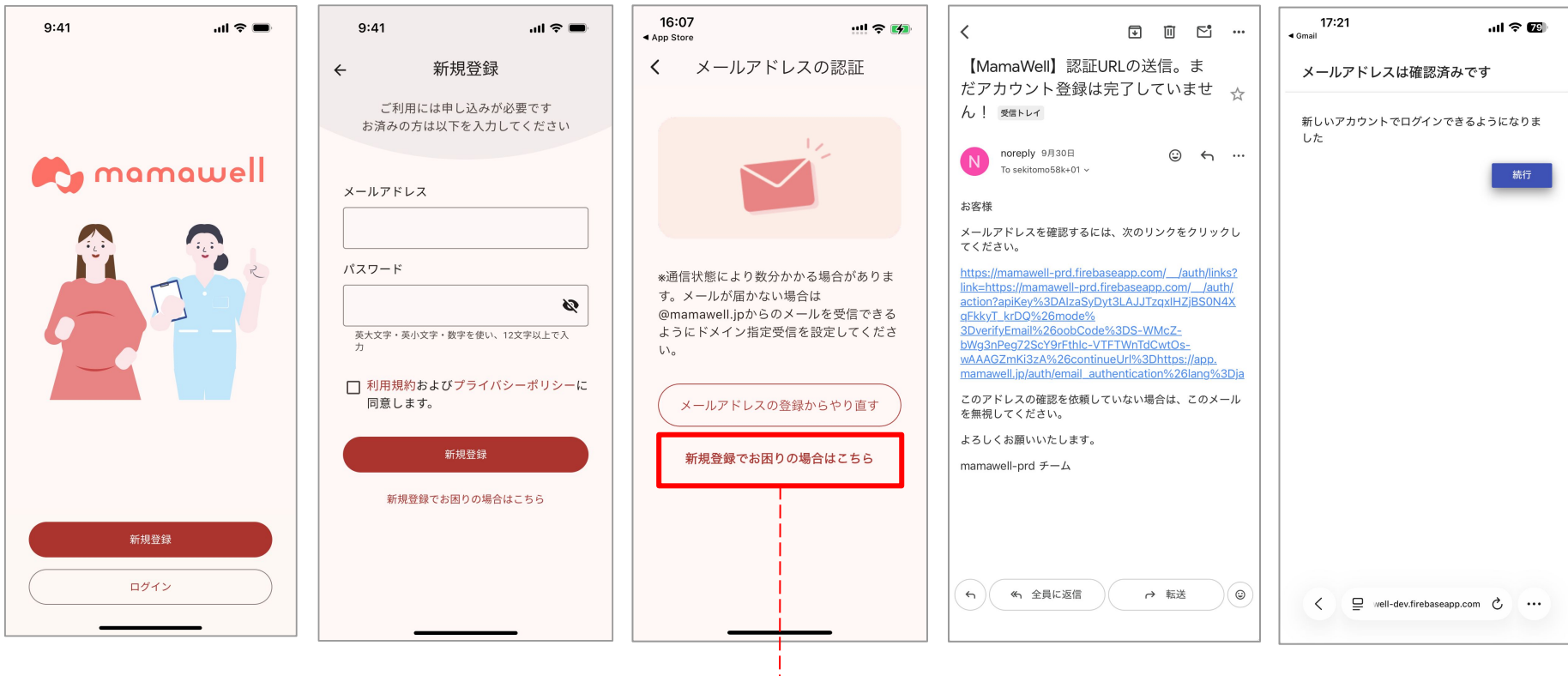
iPhoneの方 ▶



Androidの方 ▶



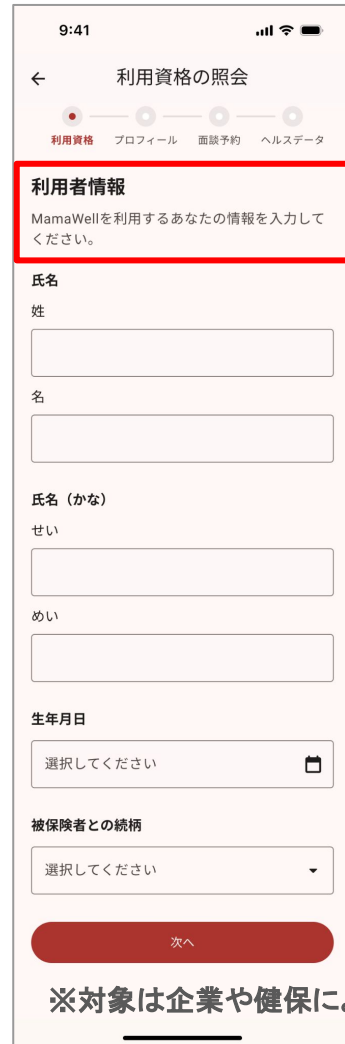
## 2. 新規登録画面でメールアドレスとパスワードを入力します



お問い合わせフォームに遷移します:アプリに関する問い合わせ窓口

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScz5TQgZuPoLTFXI5AlnKRzjMCE-kiwkQGvW1swdlawLnC9mq/viewform>

お手元に、健康保険証・資格確認書・資格情報のいずれかを準備いただくか、ポータルにログインしてください



### 【続柄の選択】

- ・本人
- ・妻
- ・内縁の妻
- ・子
- ・姉
- ・妹
- ・孫
- ・その他

※対象は企業や健保によって異なります

**IHIグループ健康保険組合の皆様・ご家族はこちらを選択してください**

### 3. 利用照会のための入力(続き)

本人以外が利用する  
場合は、右の画面も  
続けて入力いただきます。

9:41

← 利用資格の照会

●

○

○

○

利用資格 プロフィール 面談予約 ヘルスデータ

被保険者情報

健康保険証の持ち主（被保険者）の情報を入力してください。

健康保険証

記号

番号

保険者番号

次へ

9:41

← 利用資格の照会

●

○

○

○

利用資格 プロフィール 面談予約 ヘルスデータ

被保険者情報

健康保険証の持ち主（被保険者）の情報を入力してください。

被保険者の氏名

姓

名

被保険者の氏名（かな）

せい

めい

被保険者の生年月日

選択してください

健康保険証

記号

番号

保険者番号

次へ

9:41



ただいま利用資格を照会中です

照会が完了したらアプリまたはメールで通知が届きます。照会には最大3営業日かかります。  
照会完了後にMamaWellをご利用いただけます。

## 4. プロフィール登録をします

9:41

プロフィール登録

✓

利用資格 **プロフィール** 面談予約 ヘルスデータ



**利用資格照会が完了しました！**  
**次に、あなたについて教えてください😊**

プロフィールを登録することでパーソナライズされた情報を受け取ることができます。

妊娠中

妊娠中にご利用いただく方はこちら >

出産後

出産後にご利用いただく方はこちら >

9:41

←

プロフィール登録

✓

利用資格 **プロフィール** 面談予約 ヘルスデータ

登録した内容はあとからマイページで編集できます。

ニックネーム

あいこ

0/20

生年月日

1994/01/01

出産予定日

2025/11/10

胎児の数

1

お住まいの都道府県

北海道

電話番号

09001234567

ハイフン(-)を除いた数字を入力

登録

5. ウェアラブルデバイスのお申込み手続きを行います(無料)。  
お手元に届いたら、アプリとデバイスの連携を行います。  
既にFitbitをお持ちの方は、ご自身のデバイスでもご利用いただけます。

9:41

ヘルスデータ連携

利用資格

プロフィール

面談予約

ヘルスデータ



健康管理のために  
ヘルスデータを連携しましょう

ウェアラブルデバイスをお持ちでない方

無料レンタル  
デバイスのレンタルを申し込みます

ウェアラブルデバイスをお持ちの方

Fitbit  
Fitbitアカウント連携を行います

あとで設定する

9:41

無料レンタル申し込み

利用資格

プロフィール

面談予約

ヘルスデータ



メディカルサポート期間中はウェアラブルデバイスを無料でレンタルできます

下記の利用規約を確認し申し込みへお進みください。申し込みから1週間程度で届きます。

ウェアラブルデバイス  
無料レンタル利用規約

規約に同意して申し込みへ進む

9:41

無料レンタル申し込み

利用資格

プロフィール

面談予約

ヘルスデータ

デバイスの配送先を入力

郵便番号

住所

都道府県

市区町村

町名・番地以降

氏名

氏名(かな)

電話番号

確認へ進む

連携後のアプリ画面(イメージ)

9:41

週の運動目標 80分/150分

月

火

水

木

金

土

日

1

2

3

4

5

6

7



素晴らしいペースです！無理せずこの調子で続けてくださいね。



今日の運動  
60分  
目標 21分

軽い運動 10%    ほどよい運動 75%    激しい運動 5%

運動強度の変化

激しい

ほどよい

軽い

12:00 12:15 12:30 12:45 13:00

ホーム    マイページ

6. パーソナル助産師との面談を予約します。ご自身のペースに合わせて面談を予約してください。  
1～2週間に1回を推奨しています。適切なサポートのため月1回以上は面談をご利用ください。

9:41

初回面談予約

パーソナル助産師と初回面談をしましょう！

パーソナル助産師とのオンライン面談を週に1度(30分程度)実施します。  
あなた自身の身体のことや生活スタイルを踏まえて不安や困りごとなどを気軽に相談でき、どんなに小さな不安にも寄り添います。



次へ

9:41

面談予約

希望の日時を選択してください

< 2025年 7月 月 >

日	月	火	水	木	金	土
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12

8:00

8:30

9:00

9:30

10:00

10:30

11:00

11:30

12:00

12:30

13:00

13:30

14:00

14:30

15:00

次へ

9:41

面談予約

助産師を選択してください

選択した助産師が、今後あなたのパーソナル助産師となります。



MamaWellセレクト 土日対応可

佐藤 真里

活動地域：岡山県



MamaWellセレクト 平日19時～対応可

田中 優子

活動地域：東京都



平日19時～対応可

山田 花子

活動地域：ロンドン



佐々木 真理子

活動地域：岡山県



佐藤 真里

活動地域：岡山県



佐藤 真里

活動地域：岡山県

9:41

初回面談予約



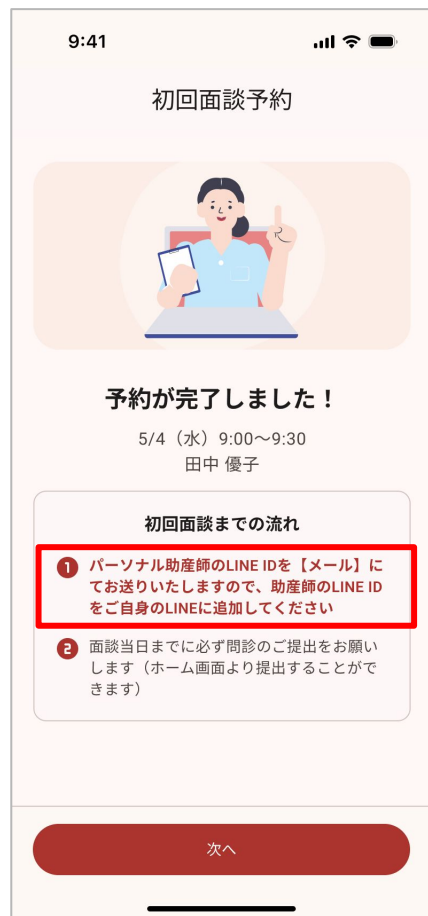
予約が完了しました！

5/4（水）9:00～9:30  
田中 優子

初回面談までの流れ

- 1 パーソナル助産師のLINE IDを【メール】にてお送りいたしますので、助産師のLINE IDをご自身のLINEに追加してください
- 2 面談当日までに必ず問診のご提出をお願いします（ホーム画面より提出することができます）

次へ



7. 担当のパーソナル助産師が決定し、面談の予約が完了した後、登録いただいたメールに、助産師のLINE IDをお送りします。お友達追加をしていただくと、LINEでのご相談が可能になります。

