行動メニューの記録手順

【行動メニューの記録の概要】

行動メニューの記録とは、自分で取り組みたいメニューを選択し、その結果を記録していく機能です。
健診データが存在する場合、その結果に応じて行動メニューを「おすすめ」としてレコメンドします。



行動メニューの記録手順

【行動メニューの記録の設定手順】

①カラダタブの「行動メニューの記録」の右にある「編集」を押下してください。

②　カテゴリから取り組みたいメニューを選択してください。選択するには「＋」を押下してください。削除・変更するには「－」を押下してください。

※ 最大３つまで選択が可能です。



行動メニューの記録手順

【行動メニューの記録の設定手順】

カテゴリには以下がございます。

おすすめのカテゴリ 最新の健診結果判定値がB以下の項目が1つ以上あるユーザーのみ表示（貧血以外）
腎機能
血圧
血糖
肝機能
脂質
身体測定
尿酸値

おすすめ以外のカテゴリ 共通表示
適度な身体活動
体重管理
バランスのよい食生活
野菜を多めに摂取
減塩
単純糖質の制限
食物繊維の摂取
加工食品を控える
脂っこい食事を控える
アルコール制限
禁煙

行動メニューの記録手順

【行動メニューの記録を達成した後の手順】

① 選んだ行動メニューを達成したら「達成」ボタンを押下してください。

✓ロマークになれば達成記録完了です。

※「達成」ボタンは一度しか押下できません。また、達成と同時にkencomミッションのインセンティブ獲得となります。

＜ご注意ください＞

※ 達成したメニューは同日中に削除・再追加しても達成状態は保持されます。過去の達成記録が消去されることはありません。

※ 日にちを遡って記録や編集をすることはできません。

【当日画面】



【前日（達成時）の画面】

日付を切り替えた際
達成した日には✓マークが表示



【前日（非達成時）の画面】

日付を切り替えた際、達成数が0の場合は
「データがありません」と表示

