



39歳以下の
ご本人限定

～AIを活用して生活を見直してみませんか？～

スマートバスマット モニター募集！

西武健康保険組合では、健康リスクが高いと判断された40歳以上の加入者のみなさまに特定保健指導のご案内をしております。

そこで、将来の健康リスクを減らせるきっかけになるよう、39歳以下の被保険者のみなさまへ**先着50名様**で、パーソナルヘルスケアの第一歩である「日々の体重測定」を、無意識のうちに行えるスマートバスマットとパーソナルヘルスケアAI「ウェリー」アプリ(※詳細は2ページ目参照)を使った期間限定のモニターを募集します。3ヶ月間で体重マイナス2kgを目標にモニターしていただきます。

対象者

以下のすべてに該当する**被保険者（ご本人）**

①**39歳以下の方（2026年3月31日時点）**

※生年月日が1986年4月1日以降

②**BMIの数値が25以上の方（自己申告）**

③ご自宅に**Wi-Fi環境**のある方

費用

無料

※通信費等はご本人様のご負担となります。

応募期間

2025年11月19日（水）～12月2日（火）

測定期間

スマートバスマット到着から3ヶ月間

応募方法

当組合公式LINE「健康エール」より、3ページ目をご参照のうえご応募ください。

その他

BMIの数値は自己申告ですが、直近の健康診断の結果等から、当組合で対象外と判断させていただく場合がございます。

生活習慣改善支援プログラム



パーソナルヘルスケアAI 『ウェリー』

専用アプリの「ウェリー」は、ユーザーの体調データに基づいた、最適な健康アクションを提案するパーソナルヘルスケアAIです。ゲーム感覚で楽しく続けられ、日々の小さな積み重ねでコンディションを改善します。3ヶ月間「ウェリー」と一緒に生活習慣を整えましょう。

ご参加者へプレゼント！

プログラムにご参加いただいた
すべての方へ



睡眠の質を計測する
リング型デバイス

Smart Recovery Ring™

スマートリカバリーリング 29,800円

3ヶ月間で体重マイナス2kgを
達成された方へ



体重測定できる
バスマット

Smart Bath Mat™

スマートバスマット 19,800円

先着 **50名限定!**

募集期間
11月19(水)～12月2日(火)

定員に達した時点で、受付を終了いたします。

ウェリーアプリの主な機能

体重・体組成記録



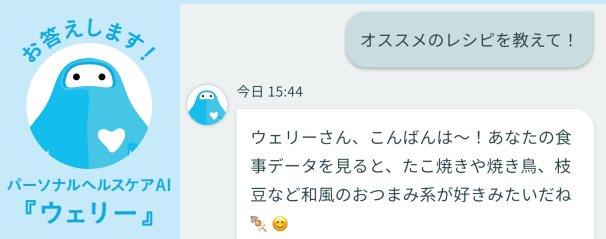
お風呂上がりに「スマートバスマット」に乗って立ち止まるだけで、体重と体組成のデータをWi-Fi経由でアプリに自動で保存します。収集したデータを元にパーソナルAIがあなたに合った提案を行います。(ご利用にはWi-Fi環境が必要です。)

食事の栄養素分析



食事前に写真を一枚撮るだけで、AIが自動で栄養素を分析して記録します。写真はアプリ内に記録されるため携帯のカメラロールを圧迫しません。毎日の栄養素をお確かめください。

パーソナルAIの相談



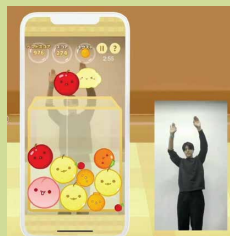
テキストでAIに食事や睡眠、健康について自由に質問することができます。これまでの食事記録や体重の変化、運動量などの情報を踏まえた上で、AIならではの豊富な知識と一緒に、ご質問に即座にお応えします。

アクションカード



食事・運動の「毎日取り組める簡単なルーティン」を設定し、決まった時間に通知します。実行した日は画面をタップするだけでOKです。内容はいつでも変更する事ができ、小さな心掛けから生活習慣を改善していきます。

スイカゲーム エクササイズ版



アプリ内の「スイカゲーム エクササイズ版」では、体を動かして楽しめる新感覚のスイカゲームをご体験いただけます。雨の日でも、室内でお気軽にエクササイズに取り組めます。ぜひお楽しみください。



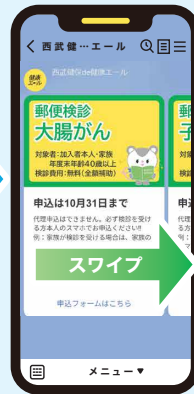
【生活習慣改善アプリ『ウェリー』ご登録方法】

お申込みはこちらから！

LINE 健保のLINE公式
アカウントに友だち追加



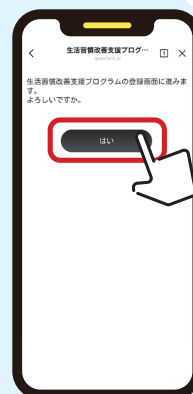
トーク画面下部にある
メニューの
各種手続きの
ご案内
をタップしてください。



各種手続きカードが
表示されたら、
カードを右にスワイプし、

をタップ
して
ください。

※タップ後にユーザー登録画面が表示された方は、
必要情報を入力し、登録を完了させてください。



左の画面が表示されたら、

はい

をタップしてください。

申し込みフォームが届きますので、
必要事項入力してください。
必要事項入力が完了しましたら、
一番下の【登録】をタップします。



メールアドレスか電話番号を入力し、
認証コードを取得してください。
認証コードが届きましたら、
入力して【登録】をタップしてください。



マイページが届きますので、
『ウェリー』アプリを
インストールしてください。



インストールしたら最初にやる3つのこと！

1 アカウントの設定



アプリにログインした後、
アカウントの初期設定を
ご登録ください。

2 アンケート回答

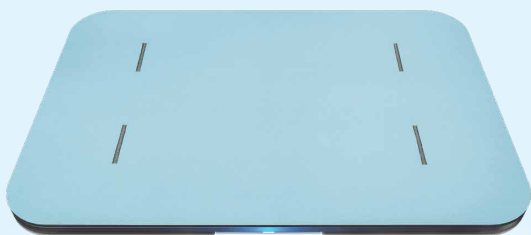


登録後は、ホーム画面から
アンケートにご回答ください。
ウェリーが最適な提案をします。

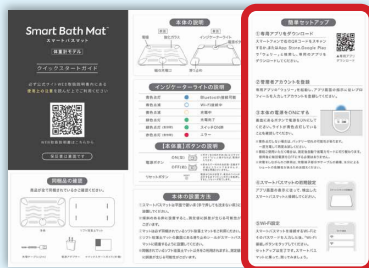
3 アクションカード設定



食事や運動のアクションを設定
アンケート結果をもとにおすすめの
アクションが提示されます。



Smart Bath Mat™
スマートバスマット



4 スマートバスマットの設定

スマートバスマットが到着しましたら、
専用ケースに同梱されている説明書の
手順に沿って設定をお願いします。
アプリ画面右下にある歯車マークから
「デバイス」→「新規デバイス追加」→
「ラクな体重管理(スマートバスマット)」
にてご接続いただけます。

測定した項目はウェリーアプリに自動反映されます。
3ヶ月でマイナス2kgを目指して頑張りましょう！

Q. 何をすればいいのですか？

- A. ①スマートバスマットで毎日の体重測定
 ②アプリ内で設定をした健康アクションを毎日実行
 ③アプリ内の栄養分析ツールを活用し、食生活の見直し

上記に加えて、ご自身での健康保持・増進のお取り組みを行っていただき、3ヶ月間で体重マイナス2kgを目指していただきます。

Q. 自宅にWi-Fi環境がないのですが、応募できますか？

- A. できません。スマートバスマットはWi-Fi経由で専用アプリに接続する仕様のため、ご自宅にWi-Fi環境のある方が対象となります。

Q. スマートバスマットは応募してから何日後に届きますか？

- A. 7日程度を目安に、プログラム委託先のissin株式会社より佐川急便にてお届けいたします。7日以上経っても届かない場合は、カスタマーサポート (support@issin.cc) までお問い合わせください。



Q. スマートバスマットの接続方法がわかりません。

- A. カスタマーサポート (support@issin.cc) までお問い合わせください。

Q. スマートバスマットに不具合が発生したらどうすればよいですか？

- A. カスタマーサポート (support@issin.cc) までお問い合わせください。

Q. 3ヶ月間マイナス2kgを達成できなかった場合、どうなりますか？

- A. 無理のない範囲でモニターを継続してください。

Q. スマートリカバリーリングはどのような測定ができますか？

- A. 参加特典としてご提供するスマートリカバリーリングは、睡眠の状態を可視化できるデバイスです。睡眠データ、活動量（歩数や消費カロリー）、ストレスの状態などを専用アプリ内で見える化することが可能です。