

健保だより

西武健康保険組合ウェブサイトからもご覧になれます。
https://www.seibu-kenpo.or.jp

2026.09.18
西武健康保険組合

～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、メタボリスクがあり、睡眠で休養が十分とれていない方(先着35名さま)に向けて、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、無意識のうちにでき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ページ以降参照)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方

西武健保に登録された2025年度の健康診断結果で
①BMIの数値が25以上の方
②”睡眠で休養が十分取れていない“とお答えした方
（健康診断の問診）
③健康エールに登録している方
④ご自宅にWi-Fi環境のある方

費用　無料
※通信費等はご本人のご負担となります。

募集期間　2026年9月18日（金）～ 9月30日（水）
※先着35名で募集締め切り

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。

お問合せ　西武健康保険組合 総務課　健康サポート担当
kep_kenpo-healthsupport@seibugroup.jp

生活習慣改善支援プログラム

Welly
ウェリー

ウェリーは あなたの専属ヘルスケアAIエージェントです



無意識のうちに健康管理

Smart Bath Mat™
スマートバスマット



睡眠やストレスなどを24時間モニタリング

Smart Recovery Ring™
スマートリカバリーリング

プログラムの特徴

生活習慣改善アプリ「ウェリー」は、あなたのヘルスケアデータをもとに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。

毎日スマートバスマットで体重を測定し、スマートリカバリーリングで睡眠を見える化。無理なく健康行動を習慣化していきましょう。

アプリでは、運動や食事の管理・改善をゲーム感覚で楽しく続けることができます。日々の小さな積み重ねがより良いコンディションに。

3ヶ月間、「ウェリー」と一緒に
生活習慣を整えていきましょう。

参加特典

下記の条件をすべて達成した方は、
ヘルスケアデバイスをプレゼント！

参加特典 1



睡眠やストレスなどを
24時間モニタリング

Smart Recovery Ring™
スマートリカバリーリング

条件 ✓ プログラム参加でプレゼント！

参加特典 2



無意識のうちに健康管理

Smart Bath Mat™
スマートバスマット

条件
- ✓ プログラム期間中にマイナス2kgを達成した方
- ✓ 健康アクションカードの設定および定期的なアクション実行ができている方
- ✓ 最終アンケートに回答された方

先着
35名限定！

募集締め切り
9月30日（水）

定員に達した時点で、
受付を終了いたします。

プログラムスケジュール

1ヶ月目 → 2ヶ月目 → 3ヶ月目

健康アクションの実行	アプリ内で設定した食事や運動の健康目標を決まった時間に毎日実行
スマートバスマット	毎日体重測定・管理 / 推奨測定回数：1日1回・推奨頻度：毎日
スマートリカバリーリング	毎日の睡眠データをモニタリング・適正な睡眠時間の確保

カメラでパシャッ

考えなくても、食事が整っていく

アプリ内では
食事写真から栄養分析・管理ができる機能も搭載

写真を撮るだけで簡単記録



栄養分析・管理で無理なく続く

栄養バランスや傾向を見える化

【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！/

健保のLINE公式
アカウントに友だち追加

LINE



トーク画面下部にある
メニューの

**申請・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。

※定員の上限(30名)に
達した場合は、登録が
できません。

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。

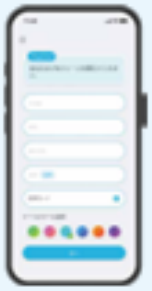


マイページが届きますので、
『ウェリー』アプリをインストール
してください。



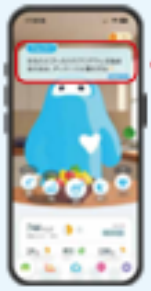
インストールしたら最初にやる3つのこと！

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 ウェリーチャットを確認



チャット内には、ウェリーからの
クイズや、オススメの食事内容、
運動のアクションが提示されます。

4 スマートバスマットの設定

申し込みと同時にデバイスが発送されます。

① **スマートリカバリーリング**は、**注文カード**と**サイジングキット**が届くため、お好みのサイズを測定して、注文をしてください。

②ご自宅に届いた**スマートバスマット**と**スマートリカバリーリング**は、パッケージに**同梱されている説明書**の手順に沿って、設定をお願いいたします。



Smart Bath Mat™
スマートバスマット



Smart Recovery Ring™
スマートリカバリーリング

**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！**

プログラム内容やスマートバスマット接続方法についてのお問合せは下記までお願いいたします。
【カスタマーサポート】support@issin.cc （公式LINE内のお問い合わせフォームからもお受けしております。）

Q & A

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。