

個人向け健康ポータルサイト マイヘルスウェブ



東京都家具健康保険組合の加入者様向け リニューアル版アプリ移行操作マニュアル

※「MY HEALTH WEB マイヘルスウェブ」は加入者ごとの専用ページ(マイページ)を設置し、個人に応じた健康情報や各種申込、申請手続きをWEB上で提供できる双方向(健保組合と加入者)のコミュニケーションサイトで、そのサービスの提供・保守・運営は(株)法研が実施しています。



公式キャラクター
「ヘロンくん」

リニューアルは2026.3.30(月) 13:00~です

お問合せ先

「MY HEALTH WEB」ヘルプデスク TEL:03-5213-4467 平日 9:00~17:00

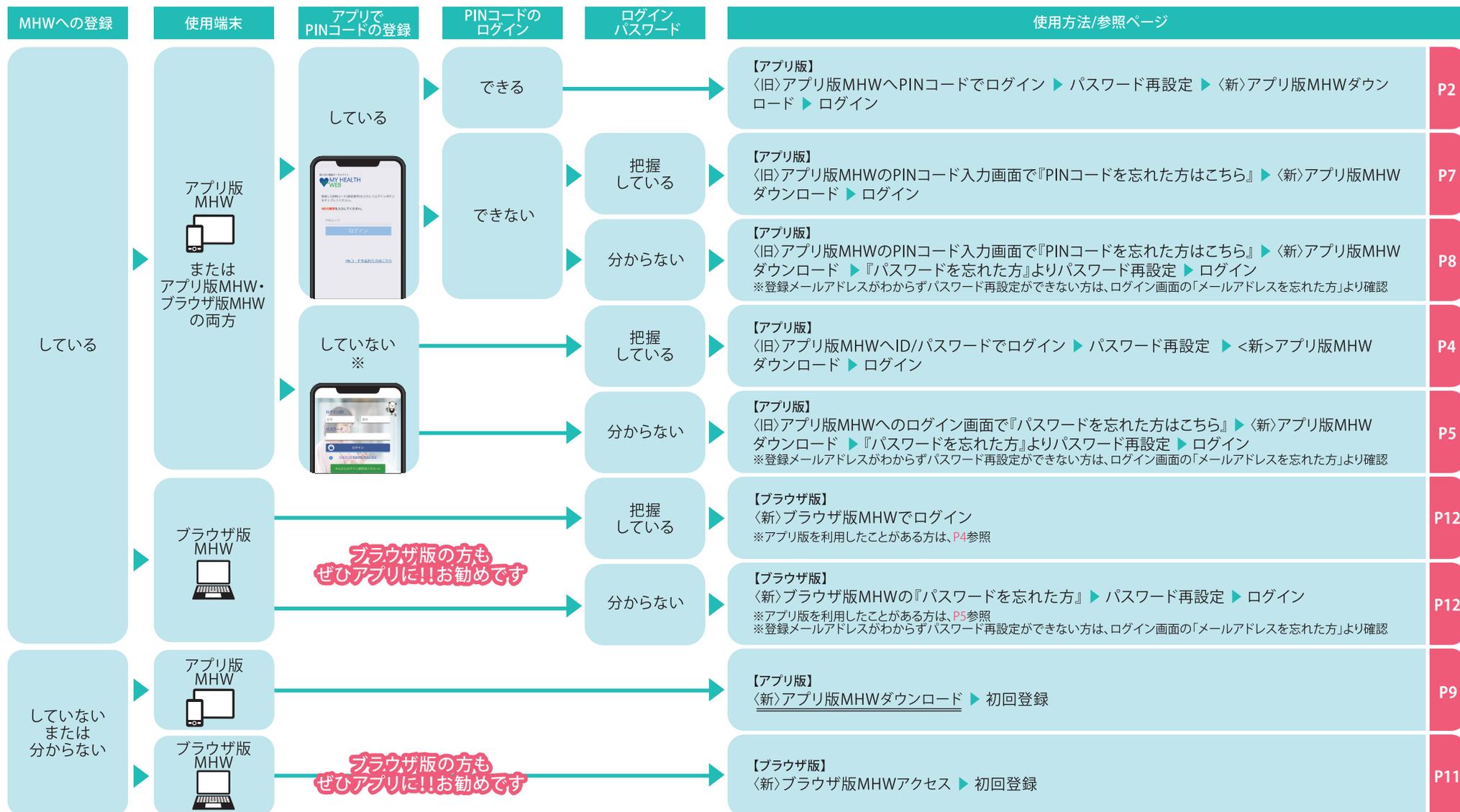
お問い合わせの際は、東京都家具健康保険組合の記号-番号をお伝えください。
当事業は(株)法研に委託しています。(株)法研は「プライバシーマーク」使用の許諾事業者として認定されています。
※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。



チャートの前に



アプリにPINでログインできない場合、ログインID (=健康保険の記号-番号) が必要になります。
 ログインID (記号-番号) が不明な方は、右記QRコードをスキャンして、記号-番号を調べてください。
 チャートを確認する前に、ログインID (記号-番号) を事前にご用意ください。



**ブラウザ版の方も
ぜひアプリに!!お勧めです**

**ブラウザ版の方も
ぜひアプリに!!お勧めです**

※PINコードとは…PINコードは、〈旧〉アプリ版MHWでのみ利用できる4桁の数字によるログイン機能です。
 PINコードを登録しているか不明な場合は、〈旧〉アプリ版MHWにアクセスし、PINコードのログイン画面が表示されるかをご確認ください。
 ログインID(記号-番号)・パスワードの入力画面が表示された場合は、PINコードは未登録となります。

PINコードを覚えている方 (PINコードでログインできる方)



アプリ

〈旧〉アプリ版MHWにログインし、〈新〉アプリ版MHWで利用するパスワードを再設定し、各アプリストアで〈新〉アプリ版MHWをダウンロードしてください。

⚠️ 注意事項

- PINコードは〈旧〉アプリ版MHWでのみ利用できた簡単ログイン方法です
- 〈新〉アプリ版MHWでの簡単ログイン設定については、AndroidはP14・iPhoneはP15をご確認ください

〈旧〉アプリ版MHW

個人向け健康ポータルサイト
MY HEALTH WEB

登録したPINコード(暗証番号)を入力してログインボタンをタップしてください。

4桁の数字を入力してください。

PINコード

ログイン

PINコードを忘れた方はこちら

> 個人情報の取り扱いについて
MY HEALTH WEBヘルプデスク
電話番号：03-5213-4467
平日 9:00~17:00
(※土・日・祝日、年末年始を除きます)

〈旧〉アプリ版MHWを起動
PINコードを入力し
「ログイン」を押下する

[PINコードを忘れた場合
MHW移行チャート(P1)へ
戻ってください]

〈旧〉アプリ版MHW

個人向け健康ポータルサイト
MY HEALTH WEB

【お知らせ】
MHWアプリを
リニューアルしました

以下の内容をご確認いただき、すべての項目に同意のチェックを入れてから「次へ」ボタンを押してください。

- あらためてリニューアル版アプリのインストールが必要となります。以降の画面の指示に従ってダウンロードしてください
- リニューアル版アプリの初回ログイン時には保険者番号もしくは保険者名、ログインID(記号・番号)、パスワードの入力が必要となります
- ログインIDは記号・番号、パスワードは次の画面で、現在使用しているパスワードを設定していただければ、そのまま使用できます
- 【現在PINコードをお使いの方】リニューアル版アプリでは、PINコードは廃止され、スマートフォンに登録されている生体認証等(指紋・顔認証、パスワード、パターンロック等)でログインができます。
- 【パスワードを忘れた方】次の画面で、新アプリでログインするパスワードを設定できます。

次へ

ログインページ

注意事項を読み
全てにチェックし
「次へ」を押下する

〈旧〉アプリ版MHW

個人向け健康ポータルサイト
MY HEALTH WEB

リニューアル版アプリ パスワード設定

リニューアル版アプリのログインに使用するパスワードを設定します。

※パスワードは必ず半角の、数字、大文字の英字、小文字の英字をすべて1文字ずつ含む、8文字以上16文字以内で登録してください。記号は使用できません。

※これまで利用しているパスワードと同じパスワードでも設定できます。
※パスワードを覚えている方もこの画面で設定をお願いします。

パスワード

パスワード(確認用)

設定する

ログインページ

パスワードを入力し
「設定する」を押下する

〈旧〉アプリ版MHW

個人向け健康ポータルサイト
MY HEALTH WEB

パスワード再設定完了

パスワード再設定が完了しました。下記ログインIDと設定したパスワードでリニューアル版アプリをご利用いただけます。

下記内容をメモもしくはスクリーンショット等での保存をしてください。

【リニューアル版アプリ利用時に必要な情報】

組合名	東京都家庭健康保険組合
保険者番号	06134340
ログインID	XXXX-YYYY
パスワード	ただいま設定したパスワード

※リニューアル版アプリ起動時は上記組合名または保険者番号をご入力ください。
下記「アプリストアへ」ボタンからリニューアル版アプリをご利用ください。

アプリストアへ

「アプリストア」のMY HEALTH WEBダウンロード画面より「入手」ボタン(またはインストール)をタップし、ダウンロードしてください。

「パスワードの再設定完了」
画面にログイン時に
使用する情報が表示される
「アプリストアへ」を押下し
〈新〉アプリをダウンロードする

新アプリのログインに必要な情報は、スクリーンショット等で保存してください。

数字です

〈新〉アプリ版MHWへ (P3)

〈新〉アプリ版MHWログイン

〈新〉アプリ版MHWをダウンロード後、〈旧〉アプリ版MHWで再設定したパスワードでログインしてください。

- ログインID(記号-番号)を忘れた場合…P13をご確認ください
- 〈旧〉アプリ版MHWで再設定したパスワードを忘れた場合…P6をご確認ください



【〈新〉アプリ版MHWダウンロード方法】

各アプリストアでアプリ版MY HEALTH WEBをダウンロード

〈iphone〉



「入手」を押下する

- ※認証 (Face ID・Touch ID・パスワード入力など) が求められる場合があります。
- ※「開く」ボタンが最初から表示されている場合は、すでにアプリが端末にインストールされています。



ダウンロード完了し「開く」を押下する

〈Android〉



「インストール」を押下する

- ※Googleアカウントの認証が求められる場合があります。
- ※「開く」ボタンが最初から表示されている場合は、すでにアプリが端末にインストールされています。



〈新〉アプリ版MHW

加入保険者入力

MY HEALTH WEBは、ご加入の保険者（健康保険組合、共済組合）が契約している場合、本サービスをご利用いただけます。あなたがご加入されている保険者の「健康保険組合名/共済組合名」もしくは「保険者番号」をご入力ください。

健康保険組合名/共済組合名を入力

例：サンプル健康保険組合

保険者番号を入力

送信

※ 保険者番号は、ご加入の健康保険組合もしくは共済組合を識別する8桁の番号です。個人を特定する番号ではありませんのでご注意ください。

〈新〉アプリ版MHWを起動し健康保険組合名欄を選択し「家具健保」と入力し「送信」を押下する

〈新〉アプリ版MHW

アプリ(新/旧)・ブラウザでログインしたことがある方

はじめてご利用の方

お問い合わせ

加入保険者入力画面に戻る

「アプリ(新/旧)・ブラウザでログインしたことがある方」を押下する

〈新〉アプリ版MHW

東京都家具健康保険組合

ログインID
記号 - 番号

パスワード
パスワード

ログインID・パスワードを保存する

ログイン

【リニューアル版アプリ利用時に必要な情報】

組合名	東京都家具健康保険組合
保険者番号	06134340
ログインID	XXXX-YYYY
パスワード	ただいま設定したパスワード

〈旧〉アプリ版MHWのパスワード設定完了画面でスクリーンショットしたログインID(記号-番号)とパスワードを利用します。

「ログインID(記号-番号)」と「パスワード」を入力し「ログイン」を押下する

〔 歩数設定・簡単ログイン設定は AndoroidはP14へ/iPhoneはP15へ 〕

ログイン完了

ログインできる方(PINコード未登録)



〈旧〉アプリ版MHWにログインし、〈新〉アプリ版MHWで利用するパスワードを再設定し、各アプリストアで〈新〉アプリ版MHWをダウンロードしてください。

⚠️ 注意事項

〈旧〉アプリ版MHWで設定したパスワードを使用して、〈新〉アプリ版MHWへログインしてください

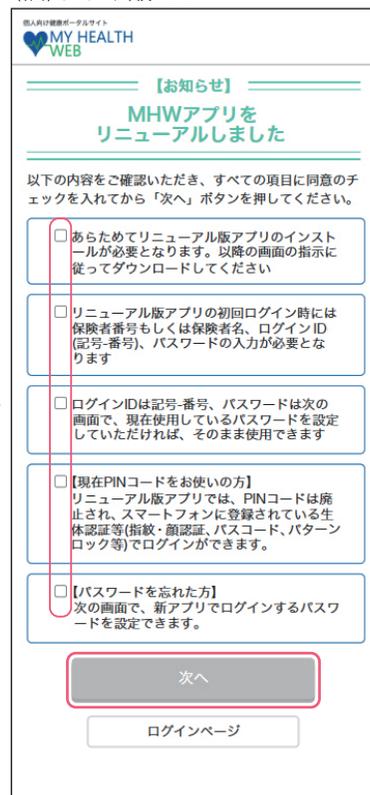
〈旧〉アプリ版MHW



〈旧〉アプリ版MHWを起動し「ログインID(記号-番号)」と「パスワード」を入力しログインする

- 〔 ログインIDが不明な場合 P13をご確認ください 〕
- 〔 パスワードを忘れた場合 P5へすすんでください 〕

〈旧〉アプリ版MHW



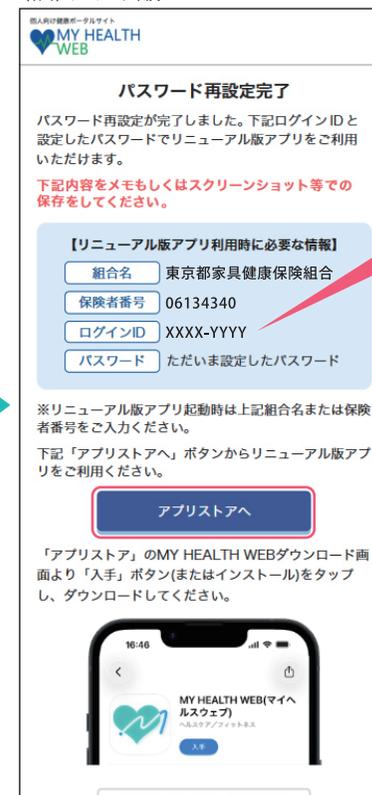
注意事項を読み全てにチェックし「次へ」を押下する

〈旧〉アプリ版MHW



再設定用のパスワードを入力し「設定する」を押下する

〈旧〉アプリ版MHW



「パスワードの再設定完了」画面にログイン時に使用する情報が表示される
「アプリストアへ」を押下し〈新〉アプリをダウンロードする



新アプリのログインに必要な情報です。スクリーンショット等で保存してください。

数字です

〈新〉アプリ版MHWへ (P3)

ログインできない方(PINコード未登録)

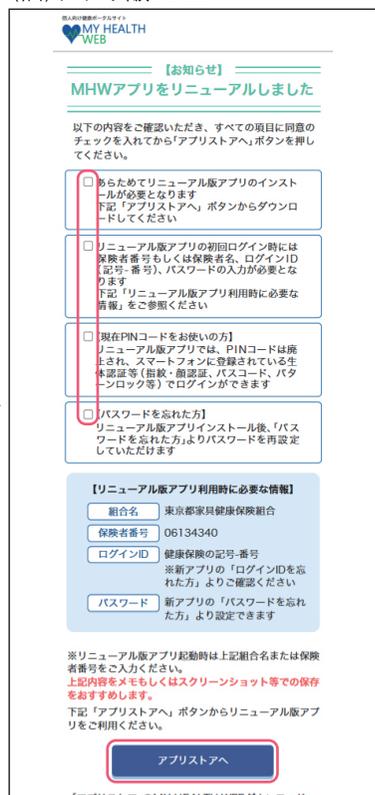


ログインID (記号-番号) が不明	ログインIDの確認	P13へ
パスワードが不明	パスワードの再設定 ※再設定にはご登録のメールアドレスを利用	P6へ
登録したメールアドレスが不明	登録済みメールアドレスの確認	P13へ

〈旧〉アプリ版MHW



〈旧〉アプリ版MHW



〈新〉アプリ版MHW



〈新〉アプリ版MHW



〈新〉アプリ版MHW



〈旧〉アプリ版MHWを起動
「パスワードを忘れた方」
を押下する

注意事項を読み
全てにチェックし
「アプリストアへ」を押下する
〈新〉アプリ版MHW
をダウンロードする

アプリダウンロード方法は【〈新〉アプリ版MHWダウンロード方法】(P3)を確認ください。

〈新〉アプリ版MHWを起動し
健康保険組合名欄を選択し
「家具健保」と入力し
「送信」を押下する

「アプリ(新/旧)・ブラウザで
ログインしたことがある方」
を押下する

該当する内容の
リンクを押下する

〈旧〉アプリ版MHWで登録している
メールアドレス、ログインID (記号-番号)
の情報が必要です。

[P13へ](#)
[P6へ](#)
[P13へ](#)



アプリ

- 〈旧〉アプリ版MHWで設定したパスワードがご不明な場合は、〈新〉アプリ版MHWにてパスワードの再設定が可能です。
- ログインID(記号-番号)と、〈旧〉アプリ版MHWに登録されているメールアドレスを入力すると、メールアドレス宛に再設定用の認証コードが送信されます。届いた認証コードを入力して、パスワードの再設定を行ってください。

〈新〉アプリ版MHW

「パスワードを忘れた方」を押下する

〈新〉アプリ版MHW

ログインID(記号-番号)とメールアドレスを入力し「確認コードを送信する」を押下する
「パスワード再設定手続きメール」が送られてくる

ログインID(記号-番号)が不明な場合P13を確認してください
メールアドレスが不明な場合P13を確認してください

〈新〉アプリ版MHW

メールに送られてきた確認コードを入力し「STEP3へ進む」を押下する

〈新〉アプリ版MHW

新しいパスワードを入力し「設定する」を押下する

パスワードは必ず半角の「数字」「大文字の英字」「小文字の英字」をすべて1文字ずつ含む、8文字以上16文字以内で設定してください。記号(@、!、-など)は使用できません。

〈新〉アプリ版MHW

「パスワード再設定完了」画面が表示されるログイン画面に戻って設定したパスワードでログイン可能

ログイン完了

PINコードを忘れた方（パスワードを覚えている方）



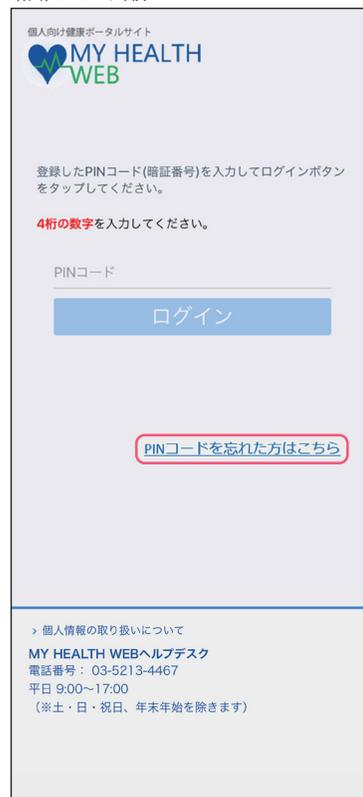
アプリ

〈旧〉アプリ版MHWにはアクセスし、「PINコードを忘れた方はこちら」から、各アプリストアで〈新〉アプリ版MHWをダウンロードしてください。

注意事項

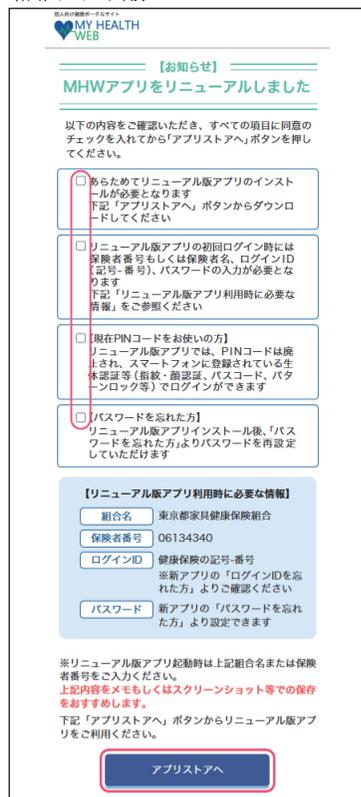
- ・PINコードは〈旧〉アプリ版MHWでのみ利用できた簡単ログイン方法です
- ・〈新〉アプリ版MHWでの簡単ログイン設定については、AndroidはP14・iPhoneはP15をご確認ください

〈旧〉アプリ版MHW



〈旧〉アプリ版MHWを起動し「PINコードを忘れた方はこちら」を押下する

〈旧〉アプリ版MHW



注意事項を読み全てにチェックし「アプリストアへ」を押下する
〈新〉アプリ版MHWをダウンロードする

アプリダウンロード方法は【〈新〉アプリ版MHWダウンロード方法】(P3)を確認してください。

〈新〉アプリ版MHW



〈新〉アプリ版MHWを起動し健康保険組合名欄を選択し「家具健保」と入力し「送信」を押下する

〈新〉アプリ版MHW



「アプリ(新/旧)・ブラウザでログインしたことがある方」を押下する

〈新〉アプリ版MHW



「ログインID(記号-番号)」と「パスワード」を入力し「ログイン」を押下する

ログインID(記号-番号)が不明な場合P13を確認してください
歩数設定・簡単ログイン設定はAndroidはP14へ/iPhoneはP15へ

ログイン完了

PINコードを忘れた方(パスワードを覚えていない方)

〈旧〉アプリ版MHWにアクセスし、「PINコードを忘れた方はこちら」から、各アプリストアで〈新〉アプリ版MHWをダウンロードしてください。



アプリ

⚠️ 注意事項

〈新〉アプリ版MHWでパスワードの再設定をしてください

〈旧〉アプリ版MHW

〈旧〉アプリ版MHWを起動
「PINコードを忘れた方はこちら」
を押下する

〈旧〉アプリ版MHW

注意事項を読み
全てにチェックし
「アプリストアへ」を押下する
〈新〉アプリ版MHW
をダウンロードする

アプリダウンロード方法は【〈新〉アプリ
版MHWダウンロード方法】(P3)を
確認してください。

〈新〉アプリ版MHW

〈新〉アプリ版MHWを起動し
健康保険組合名欄を選択し
「家具健保」と入力し
「送信」を押下する

〈新〉アプリ版MHW

「アプリ(新/旧)・ブラウザで
ログインしたことがある方」
を押下する

〈新〉アプリ版MHW

「パスワードを忘れた方」
を押下しパスワードを
再設定をする

パスワード再設定へ (P6)

はじめて利用する方

始める前に… ● **健康保険の「記号-番号」**(記号-番号の確認方法はP1「チャートの前に」をご覧ください)

● **いつもご利用の「メールアドレス」**を、ご準備ください。

キャリアメールの場合、メール受取り設定等が必要です。(P10へ)

(キャリアメールアドレス例: XXXXX@docomo.ne.jp, XXXX@softbank.ne.jp, XXXX@ezweb.ne.jp)



〈新〉アプリ版「MY HEALTH WEB」**無料**

各OSのアプリストアよりダウンロード

右記の2次元コードを読み取るか、アプリストアで「MY HEALTH WEB」を検索してアプリをダウンロードしてください。



アプリ



〈新〉アプリ版MHW

健康保険組合名欄を選択し「家具健保」と入力し「送信」を押下する

〈新〉アプリ版MHW

「はじめてご利用の方」を押下する

〈新〉アプリ版MHW

「利用規約に同意します」をチェックし「STEP2へ進む」を押下する

〈新〉アプリ版MHW

本人情報(記号番号・生年月日・氏名カナ)を入力し「STEP3へ進む」を押下する

〈新〉アプリ版MHW

メールアドレスを入力し「確認コードを送信する」を押下する

P10へ



アプリ

受信メール画面



重要 メールアドレスの受信について

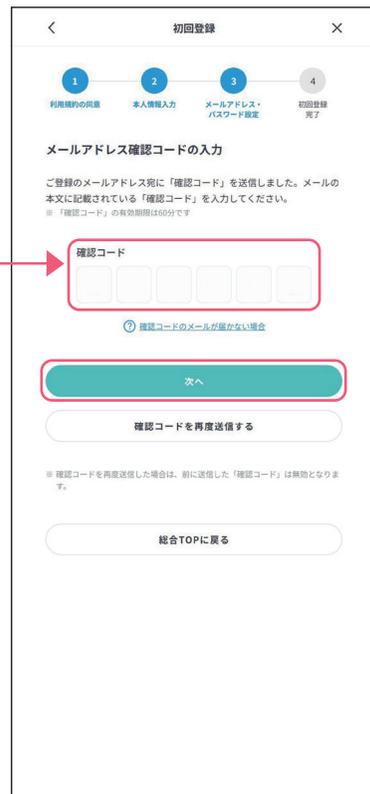
【携帯キャリアメールアドレスご利用の方】
迷惑メールフィルター、PCメール受信制限の設定によりメールを受信できない可能性があります。「@mhweb.jp」「@mhweb-entry.jp」のドメインが受信できるように設定を行ってください。

【その他メールアドレスの場合】
ご登録のメールアドレスが間違っていないのに届かない場合は、「迷惑メールフォルダ」を確認、振り分け設定の変更を行ってください。「迷惑メールフォルダ」に振り分けられておらず、受信できていない場合は「@mhweb.jp」「@mhweb-entry.jp」のドメインが受信できるように設定を行ってください。

※受信設定を行ってもメールが届かない場合は、別のメールアドレスをご登録ください。

「メールアドレス設定確認用メール」が送られてくる

〈新〉アプリ版MHW



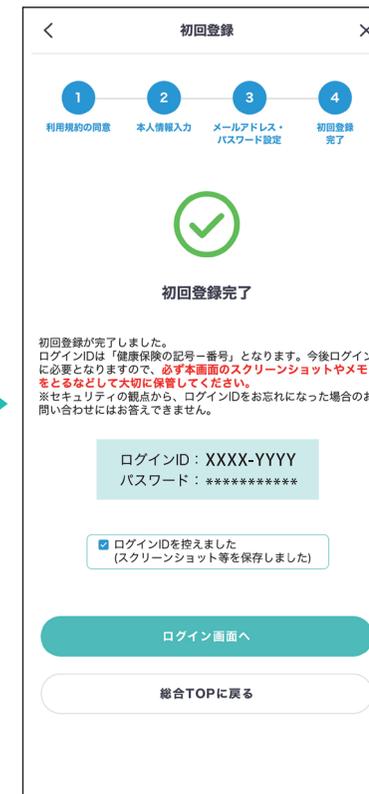
確認コード入力し「次へ」を押下する

〈新〉アプリ版MHW



パスワード入力し「設定する」を押下する

〈新〉アプリ版MHW



初回登録完了

完了



パスワードは必ず半角の「数字」「大文字の英字」「小文字の英字」をすべて1文字ずつ含む、8文字以上16文字以内で設定してください。記号(@、!、-など)は使用できません。



新アプリのログインに必要な情報です。スクリーンショット等で保存してください。

歩数設定・簡単ログイン設定は
[AndroidはP14へ/iPhoneはP15へ]

はじめて利用する方



始める前に… ● **健康保険の「記号・番号」**(記号・番号の確認方法はP1「チャートの前に」をご覧ください)
 ● **いつもご利用の「メールアドレス」**を、ご準備ください。
 キャリアメールの場合、メール受取り設定等が必要です。(下記 ⚠️重要へ)
 (キャリアメールアドレス例:XXXXX@docomo.ne.jp, XXXX@softbank.ne.jp, XXXX@ezweb.ne.jp)

〈新〉ブラウザ版「MY HEALTH WEB」
<https://kagukenpo.mhweb.jp/>

※リニューアル版は3月30日(月)13時頃からアクセスできます。
 3月30日(月)13時までは、現行(旧)ブラウザ版MHWの画面となります。



「はじめてご利用の方」を押下する



「利用規約に同意します」を
チェックし「STEP2へ進む」
を押下する



本人情報(記号・番号・生年月日・氏名カナ)を入力し「STEP3へ進む」を押下する



メールアドレスを入力し「確認コードを送信する」を押下する



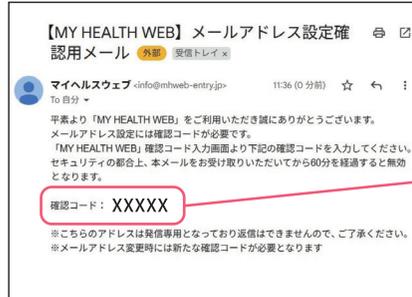
初回登録完了「ログイン画面へ」を押下してログインする

⚠️重要 メールアドレスの受信について

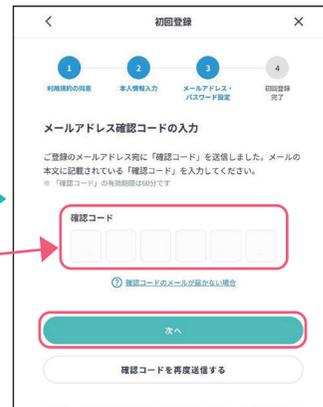
【携帯キャリアメールアドレスご利用の方】
 迷惑メールフィルター、PCメール受信制限の設定によりメールを受信できない可能性があります。「@mhweb.jp」「@mhweb-entry.jp」のドメインが受信できるように設定を行ってください。

【その他メールアドレスの場合】
 ご登録のメールアドレスが間違っていないのに届かない場合は、「迷惑メールフォルダ」を確認、振り分け設定の変更を行ってください。「迷惑メールフォルダ」に振り分けられておらず、受信できていない場合は「@mhweb.jp」「@mhweb-entry.jp」のドメインが受信できるように設定を行ってください。

※受信設定を行ってもメールが届かない場合は、別のメールアドレスをご登録ください。



「メールアドレス設定確認メール」が送られてくる



メールに送られてきた確認コード入力し「次へ」を押下する



パスワード入力し「設定する」を押下する



パスワードは必ず半角の「数字」「大文字の英字」「小文字の英字」をすべて1文字ずつ含む、8文字以上16文字以内で設定してください。記号(@、!、-など)は使用できません。



新アプリのログインに必要な情報です。スクリーンショット等で保存してください。

ログインしたことがある方

〈新〉ブラウザ版「MY HEALTH WEB」

https://kagukenpo.mhweb.jp/



※リニューアル版は3月30日(月)13時頃からアクセスできます。
3月30日(月)13時まででは、現行〈旧〉ブラウザ版MHWの画面となります。

〔パスワードを覚えている方〕

「ログインID(記号-番号)」と「パスワード」を入力し「ログイン」を押下する

完了

ログインID(記号-番号)が不明な場合P13を確認してください



ブラウザ

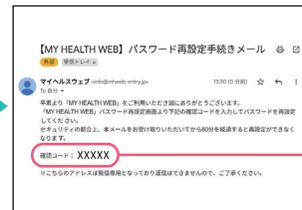
〔パスワードを覚えていない方〕

「パスワードを忘れた方」を押下する

ログインID(記号-番号)とメールアドレスを入力し「確認コードを送信する」を押下する

メールアドレスが不明な場合P13を確認してください

ログインID(記号-番号)が不明な場合P13を確認してください



「パスワード再設定手続きメール」が送られてくる

メールに送られてきた確認コードを入力し「STEP3へ進む」を押下する

新しいパスワードを入力し「設定する」を押下する

パスワードは必ず半角の「数字」「大文字の英字」「小文字の英字」をすべて1文字ずつ含む、8文字以上16文字以内で設定してください。記号(@、!、-など)は使用できません。

「パスワード再設定完了」画面が表示されるログイン画面に戻って設定したパスワードでログイン可能

完了

ログインID(記号-番号)を忘れた方



【マイナポータル】

【資格確認書】

【資格情報のお知らせ】

ログイン画面に戻る

「ログインIDを忘れた方」を押下する

マイナポータルまたはお手持ちの「資格確認書」・「資格情報のお知らせ」で記号・番号を確認する

メールアドレスを忘れた方

または

または

「登録メールアドレスの確認」を押下する

「メールアドレスを忘れた方」を押下する

記号・番号・生年月日氏名(カナ)を入力し「確認する」を押下する

表示されたメールアドレスを確認し「パスワード再設定画面へ」または「ログイン画面に戻る」を押下する

メールアドレスは完全な表示ではありません。表示内容と、ご自身のお持ちのアドレスから推測してください。

歩数連携設定 (Android)

歩数連携設定とは

歩数・血圧などのヘルスケアデータは「ヘルスコネクト」を経由してアプリ版「MY HEALTH WEB」の「日々の記録」に前回更新日までの過去最大30日分(前回更新日を含める)記録・更新する機能です。

※本機能を利用するためにはヘルスコネクトのアプリのインストールが必要です

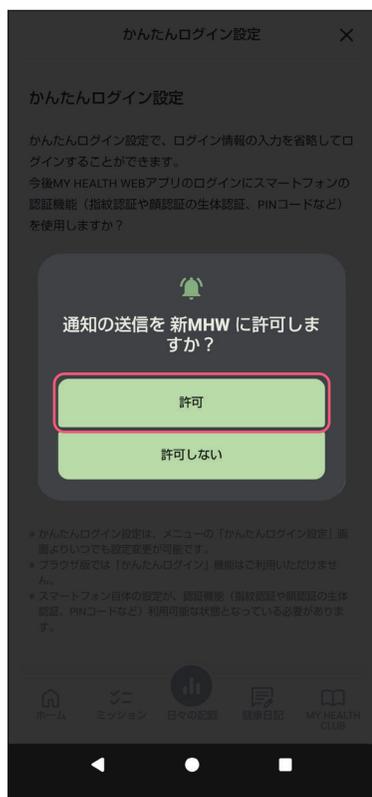


簡単ログイン設定とは

生体認証(指紋や顔認証)を含め、PINコード、パターン認証などを使ってデバイス(端末)にログインする方法をMHWのログインにも利用することができます。

本機能はご利用のデバイス(端末)が持つ機能に依存します。端末にない機能は利用できません。

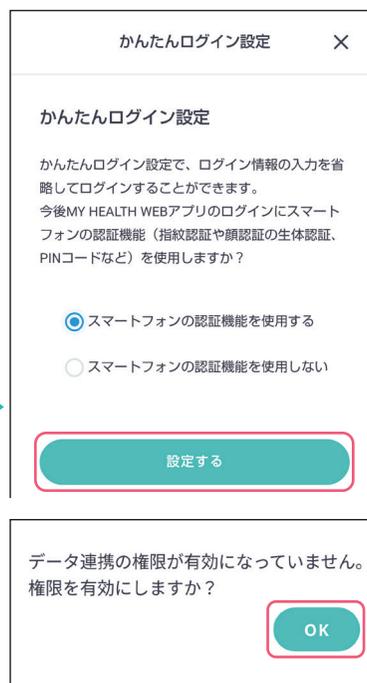
〈旧〉アプリ版MHWで利用していたPINコードは廃止になりました。



ログイン通知の設定が表示される
「許可」を押下する



「すべて許可」を押下する



データ連携の権限設定確認ダイアログが表示される
「OK」を押下する
かんたんログインの設定「スマートフォンの認証機能を使用する」にチェックを入れ「設定する」を押下する



同期設定についての文言が表示される
「現在使用しているデバイスで連携する」を押下する



使用している機種名が表示される
「ホーム」を押下しMYページに遷移する

歩数連携設定 (iPhone)

歩数連携設定とは

歩数・血圧などのヘルスケアデータは「ヘルスケア」を経由してアプリ版「MY HEALTH WEB」の「日々の記録」に前回更新日までの過去最大30日分(前回更新日を含める)記録・更新する機能です。

簡単ログイン設定とは

生体認証(指紋や顔認証)を含め、PINコード、パターン認証などを使ってデバイス(端末)にログインする方法をMHWのログインにも利用することができます。
本機能はご利用のデバイス(端末)が持つ機能に依存します。端末にない機能は利用できません。
<旧>アプリ版MHWで利用していたPINコードは廃止になりました。



ログイン通知の設定
が表示される
「許可」を押下する

「許可」を押下する

データ連携の権限設定確認
ダイアログが表示される
「OK」を押下する
かんたんログインの設定
「スマートフォンの認証機能
を使用する」をチェックし
「設定する」を押下する

同期設定についての
文言が表示される
「現在使用しているデバイス
で連携する」を押下する

使用している機種名が
表示される
「ホーム」を押下し
MYページに遷移する