

健康状態が分かり、健康意識が向上する ウェアラブルウォッチ、家族へのお知らせ機能付き！

ウェアラブルウォッチを使って、心拍・血圧・血中酸素などの生体情報、歩数等の行動情報を日常的に計測することで、自身の健康状態が見える化し、健康意識の向上を図ります。

◆ 利用対象者

◆ ひやくワクサービスにお申し込み頂いた更別村にお住まいの方

200名様限定 ※利用には諸条件が必要です

参加者を募集中です！！

更別村スーパービレッジ協議会（070-4680-9634）までお電話ください

◆ サービス内容



◆ 7つのメリット

1. 自分の健康状態を示す様々なデータ（生体・行動）が取得でき、その推移を確認できるため、**健康状態の維持・改善**に役立ちます。
2. 様々なデータ（生体・行動）を総合して評価した**アドバイスが定期的に届く**ため、自身の健康の改善につながられます。**※不要な場合は機能をオフにすることが可能です。**
3. 血圧や心拍などがしきい値を超えた場合、**警告を知らせる通知が届く**ため、**危険な異常値に早く気付く**ことができます。**※不要な場合は機能をオフにすることが可能です。**
4. しきい値を超えた際の警告通知は、**家族にも通知できる**ため、**健康状態が心配な家族を見守る**ことができます。**※不要な場合は機能をオフにすることが可能です。**
5. 日々の歩数・燃焼カロリー・距離の推移が確認できるため、**運動の習慣化**につながられます。
6. 歩数ランキングで個人が競争し合うことで、**楽しく運動を習慣化**できます。
7. 利用を通じて**参加者間や家族とのコミュニケーションが活性化**できます。