



アプリ「疲労・ストレス測定」と 「マイME-BYOカルテ」の連携方法

1 連携すると何ができますか？

- アプリ「疲労・ストレス測定」で**測定した結果が、**
県のアプリ「マイME-BYOカルテ」でも確認できます
- 「マイME-BYOカルテ」は、
体重・血圧・歩数などの日々の健康情報や、
お薬情報、健康診断結果と併せて、
あなたの健康情報を一覧で確認・管理できます。
- 疲労測定結果では、自律神経機能のバランスや、
自律神経機能年齢（何歳相当の働きがあるか）
総合判定などが表示されます。



2 どうやって連携するの？～簡単2ステップ～

Step 1 : まずはマイME-BYOカルテに登録

- 登録は <https://kanagawa.humanbridge.net/personal/mymebyo/GRP14000000101/MailSend.html>

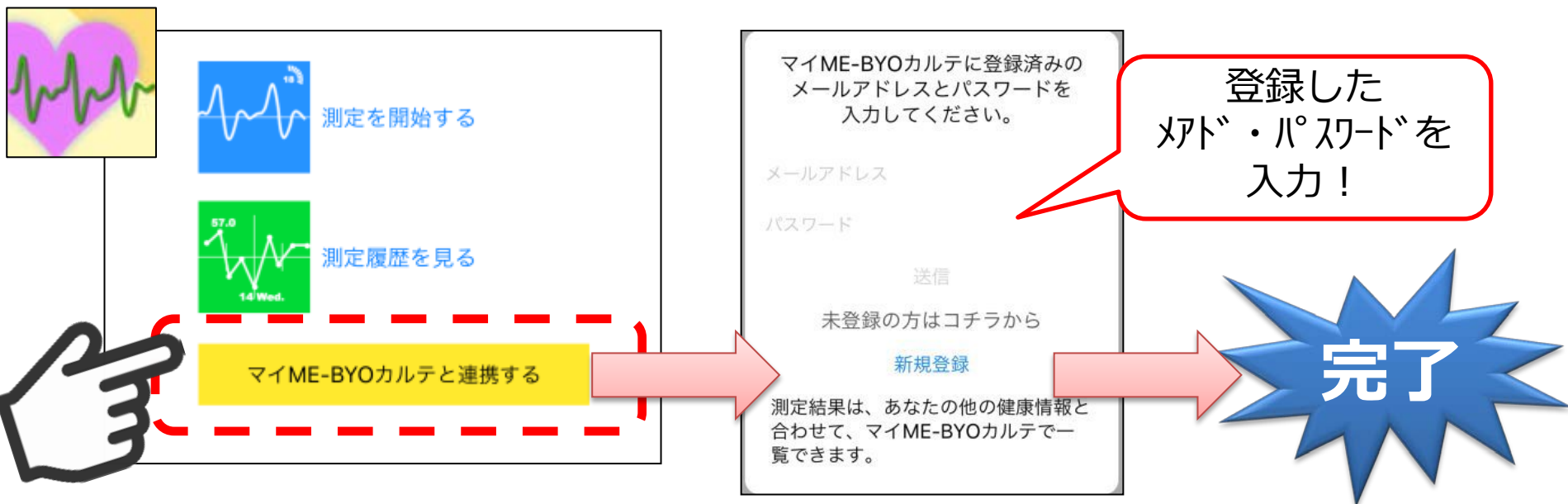
もしくは

まいみびょうかるて

検索

Step 2 : 「疲労測定」アプリ内の連携ボタンをタップ

- 「疲労・ストレス測定」アプリから、
「マイME-BYOカルテと連携する」ボタンをタップし、
カルテに**登録したメールアドレスとパスワードを入力**



3 このように「見える化」されます

- 連携が成功すれば、マイME-BYOカルテで測定結果が表示されています



※測定結果は、連携開始(測定)翌日以降、表示されます。

連携成功！
「○」が表示されます

疲労・ストレスの測定結果 ②

■LF/HF...交感神経と副交感神経のバランスを表します。0.8~2.0の間に入っていることが望ましいです。0.8より低い場合は副交感神経(癒しの神経)優位、2.0より高い場合は交感神経優位(活動系の神経)となります。

■CCV(TP)...自律神経機能の働きを表します。数値が大きければ大きいほど、自律神経機能が活発に働いています。加齢に伴い数値は減少します。

■機能年齢...自律神経の機能が、年齢相当かを表しています。実際の年齢よりどのくらい離れているか(年齢がいか)で疲労の傾向が分かります。実際の年齢より、機能年齢が高く表示されるようであれば、同年代の方より働きが弱く、疲労がたまっている傾向にあります。

測定日時	LF/HF	ccv(TP)	機能年齢	状態
アプリ 2016/12/01 10:11	1.17	3.4028	40	良好

疲労アプリでは表示されない「CCV(TP)」が確認できます

※CCV(TP) ... **自律神経機能の働き**を表します。数値が大きければ大きいほど、自律神経機能が活発に働いています。加齢に伴い数値は減少します。

自律神経機能の働きがどのように推移しているか確認してみてください。