

ヘルシーキャンパス・プロジェクト実施中！

English version of the application will be available from January 2023



こころとからだの健康を保ち、よりよい学生生活を送ろう！



こころとからだの健康をまもるアプリを作ったよ。みんなで使おう！

健康管理の重要36項目を一括管理



広島大学発、総合健康アプリ

みらい健康手帳



ダウンロード



アプリに関する問い合わせ先：

以下の問い合わせフォームからお問い合わせください。

「みらい健康手帳開発チーム」：<https://miraikenko.jp/contact/>

広大開発アプリ「みらい健康手帳」を使ってメンタルヘルスに関する質問に答えると、スマートウォッチやとしポがもらえる！



学生のみなさんへ

私たちは、自分の健康について普段から気を配っていることが少ない状況です。身体だけでなく、心の状態の変化に気づきにくいのが現状です。不調になって初めて、「早めに気づいておけば」と思うこともしばしばです。

広島大学では、学生のこころとからだの健康を推進していくことを目的として、ヘルシーキャンパス宣言を行いました。その一環として、みらい健康手帳(健康アプリ)を使用し、日常から自分の状態を観察し、早めに気づき、相談や対処していただくことを計画いたしました。ぜひ、学生のみなさんに使用していただき、心身の健康を増進していただくようお願いいたします。

保健管理センター長 岡本 百合