

Q & A

Q1 マイナンバーだけでも登録できますか？

A マイナンバーは使用しません。登録には、マイナンバーカード、受取時に設定した暗証番号、電話番号、メールアドレスが必要です。ToMMoではマイナンバーカードの各種暗証番号およびマイナンバーは収集・保管いたしません

Q2 自宅のパソコンでも登録・利用できますか？

A できます。ただし、パソコンで登録・利用するためには、マイナンバーカードの情報を読み取るためのカードリーダーが必要です。パソコンでのご利用はこちら
<https://mytommo.megabank.tohoku.ac.jp/app/pc/top.php>
 ※NFC機能を搭載していないiPadをふくむタブレットでは利用できません

Q3 メールアドレスを変更しました

A 登録情報変更画面から変更してください
 ※右上のメニューボタン(≡)を押すとメニューが表示されます



Q4 「家族の閲覧申請」について教えてください

A ご家族(18歳未満)の健康調査結果、乳幼児健診、学校健診、予防接種の情報を入力・閲覧するための手続きです。閲覧申請したい方、閲覧の対象となる方、両者の「マイToMMo」の登録が必要です。「家族の閲覧申請」(18歳未満)をするとおよそ1週間でToMMoから承認のメールが届きます。閲覧の対象となったご家族が18歳になると、自動的に入力・閲覧できなくなります

家族の閲覧申請の方法



[問い合わせ]
 東北大学 東北メディカル・メガバンク機構 コホート推進センター
 (三世代コホート担当)
 〒980-8573 宮城県仙台市青葉区星陵町2-1
 TEL.022-718-5162(平日9:00~17:00) URL | www.megabank.tohoku.ac.jp



東北大学 東北メディカル・メガバンク機構
 コホート調査参加者限定

マイナンバーカードを利用した健康情報記録サービス

マイToMMo アプリ活用ハンドブック

ToMMo: 東北大学 東北メディカル・メガバンク機構



マイToMMoアプリを使いこなそう!!

いつでも
どこでも



健康の記録を常に携帯。
病院でもすぐに見せられる!

健康調査結果

いつでもどこでも
回答できる

**特定・
職域健診**

妊娠中の健康を
しっかり管理!

**調査票
回答**

妊婦健診

生まれたときからの
成長の記録を常に携帯

**乳幼児
健診**

予防接種の記録を
まとめて管理

学校健診

健康アプリと
連携できる!

予防接種

Fitbit連携

STEP.1 登録に必要なものを準備しよう アプリをダウンロードする前に確認しよう

1. マイナンバーカード

受取時に設定した暗証番号が必要です
※ToMMoではマイナンバーは収集・保管いたしません
※長い暗証番号は5回、短い暗証番号は3回連続で間違えるとロックがかかりますのでご注意ください
(P.12 Q5参照)

2. スマートフォン

バージョンを確認してください (推奨動作環境 iPhone:iOS13.0以降 Android:8.0以降)

3. 電話番号・メールアドレス

任意の電話番号・メールアドレスを登録できます

STEP.2 ダウンロードしてみよう



アプリをダウンロード
推奨動作環境
iPhone:iOS13.0以降 Android:8.0以降



※アプリ利用料は無料ですが、
利用に伴う通信料は利用者
のご負担となります

STEP.3 登録してみよう

P.4-5

登録方法

この資料で示した画像のイラストはiPhoneの操作画面です。また、実際の画面とは一部異なる場合があります

目次

健康調査結果	ToMMoで受けた健康調査の結果が閲覧できる	P.6
調査票回答	調査票に回答できる (2023年3月開始予定)	P.7
妊婦健診	妊婦健診の結果が入力・閲覧できる	P.8 (P.9)
乳幼児健診	乳幼児健診の結果が入力・閲覧できる	P.8 (P.9)
学校健診	学校健診の結果が入力・閲覧できる	P.8 (P.9)
特定・職域健診	地域や職場での健康診断の結果が入力・閲覧できる	P.10 (P.9)
予防接種	予防接種の情報が入力・閲覧できる	P.11 (P.9)
Fitbit連携	ウェアラブルデバイス (Fitbit) と連携できる	P.11
調査研究等のご案内	調査や研究等の案内が閲覧できる	P.11
Q&A	困ったときは?	P.12

マイToMMoの以下の機能には 2つの情報があります



「ToMMoが収集した情報」は順次閲覧できるようになります
(閲覧できるようになりましたらご連絡さしあげます)

ToMMoが収集した情報

元となる情報 *すべて同意に基づいて収集した情報です
・ToMMoで受けた健康調査 ・母子健康手帳
・学校で受けた健診 ・自治体で受けた健診
コホート調査でToMMoが収集した情報を閲覧することができます。アプリ上で修正することはできません。情報が最新のものにアップデートされる場合があります。手元の記録と違っていた場合は、ToMMoまで連絡ください。

あなたが入力した情報

最初は何も入っていません。あなたが自由に入力・修正することができます。
入力いただいた情報はToMMoで活用させていただきます。

公的認証サービスを導入しているのでセキュリティ面も安心!

マイナンバーカードに内蔵されている「署名用電子証明書」「利用者証明用電子証明書」の機能を使用します。これは公的な個人認証サービスで、よりセキュリティの高い本人確認を行うことが可能になります。皆さんからお預かりしている大切な個人情報を守るため、時代にさきがけて導入することにしました。

詳細な
マニュアルは
こちらから

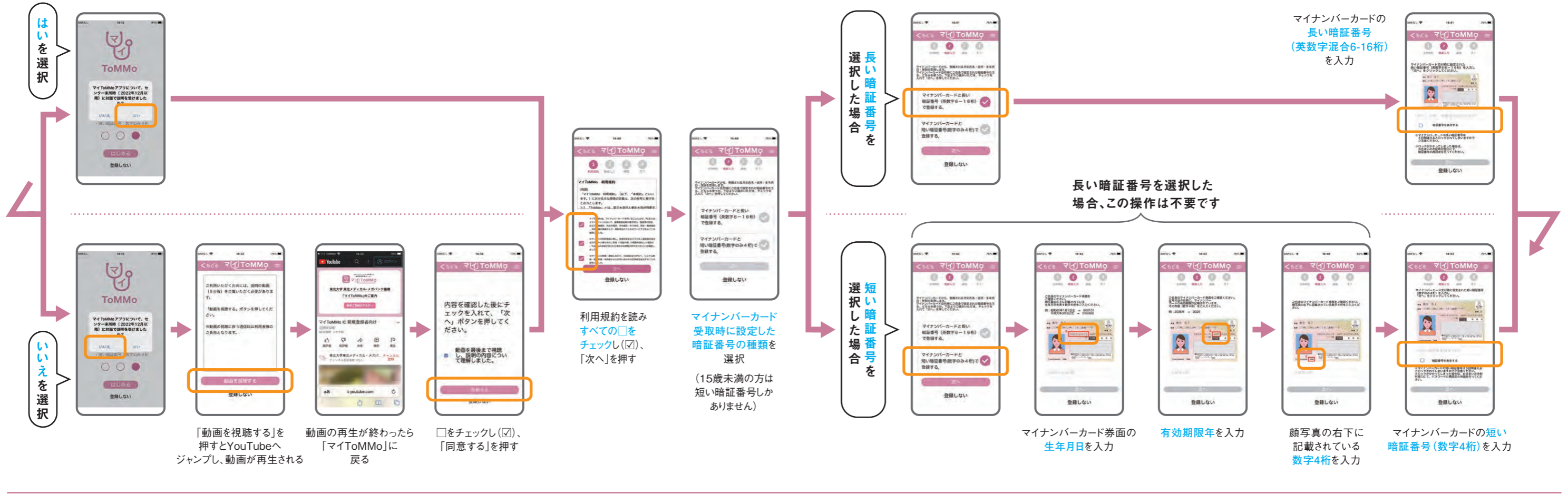
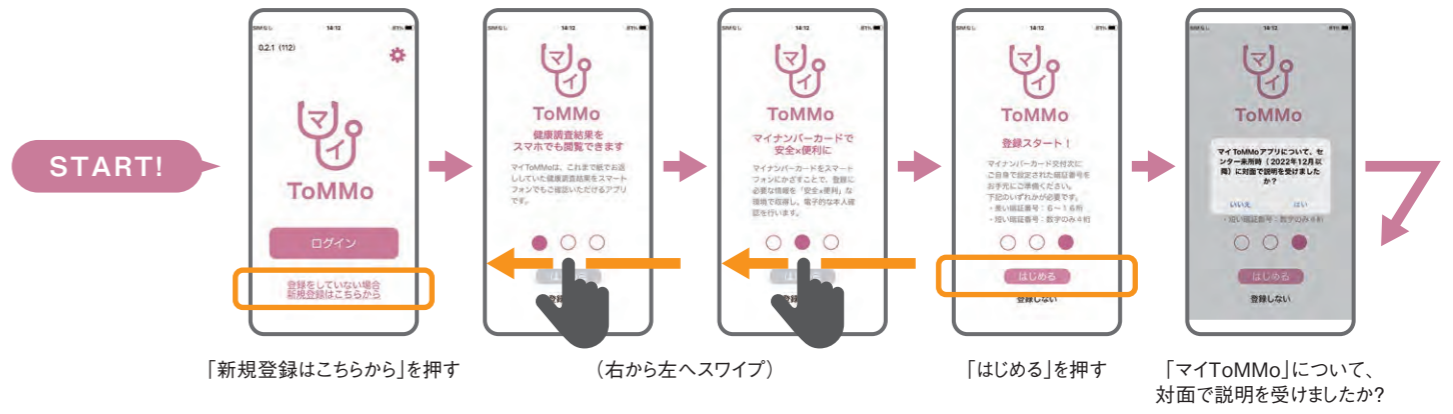


<https://www.megabank.tohoku.ac.jp/cohort/survey/app/my-tommo.html>

マイToMMo 登録方法 (ご本人)

- 登録前の準備**
- ✓ アプリをダウンロード (P.2のQRコードからダウンロードしてください)
 - ✓ マイナンバーカード (受取時に設定した暗証番号)
 - ✓ 追加コホート番号 (ToMMoからお配りしたもの)

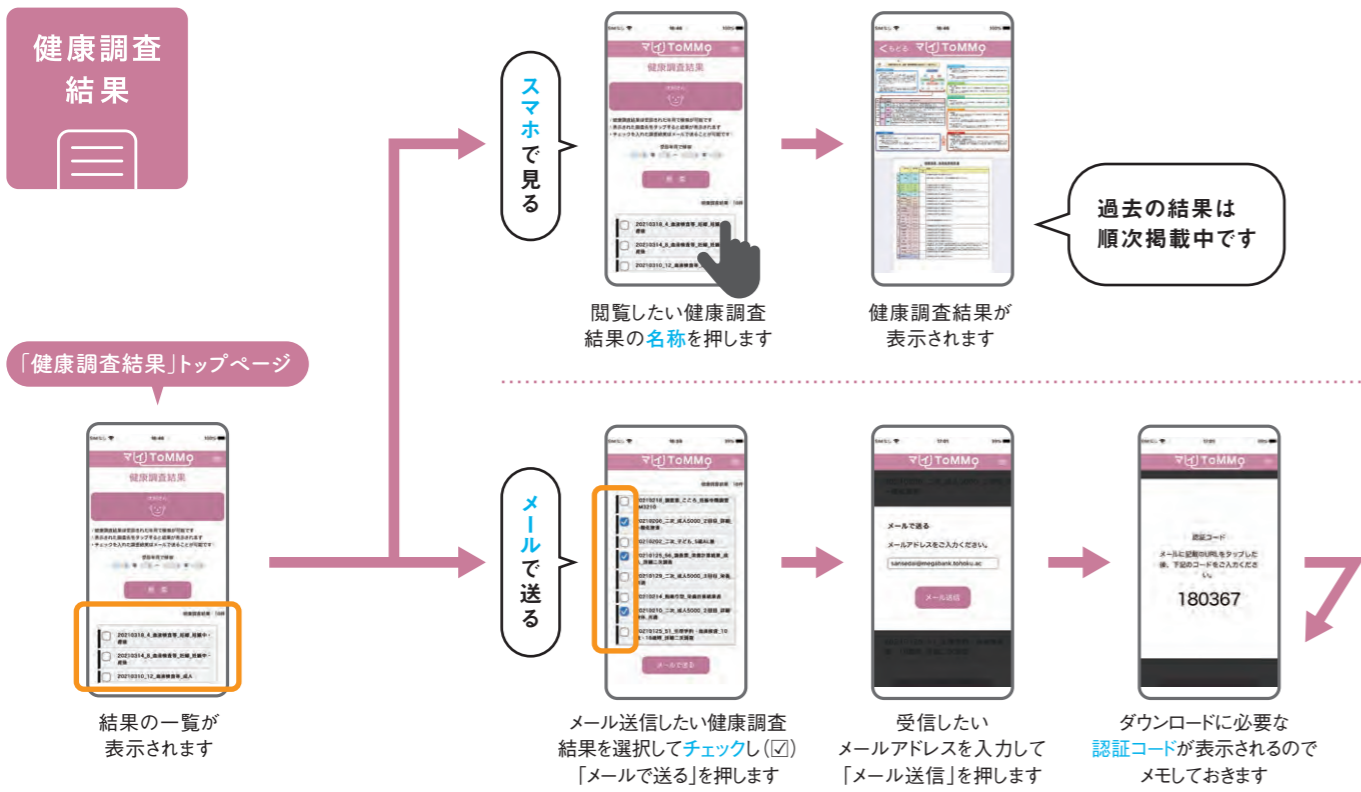
登録完了メールが届きます。登録前に MyToMMo_regi@molepi.megabank.tohoku.ac.jp からのメールを受信できる設定にしてください。
 「マイToMMo」に登録すると郵送での健康調査結果のお返しから、スマートフォンやパソコン上での結果のお返しに自動的に切りかわります。
 (郵送でのお返しを希望する場合はToMMoまでご連絡ください)



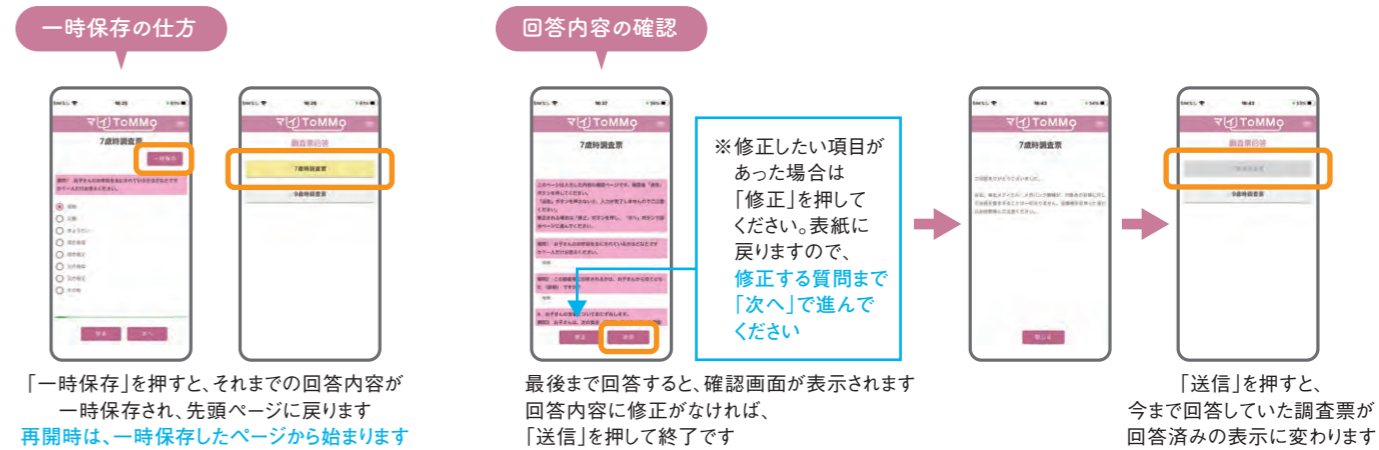
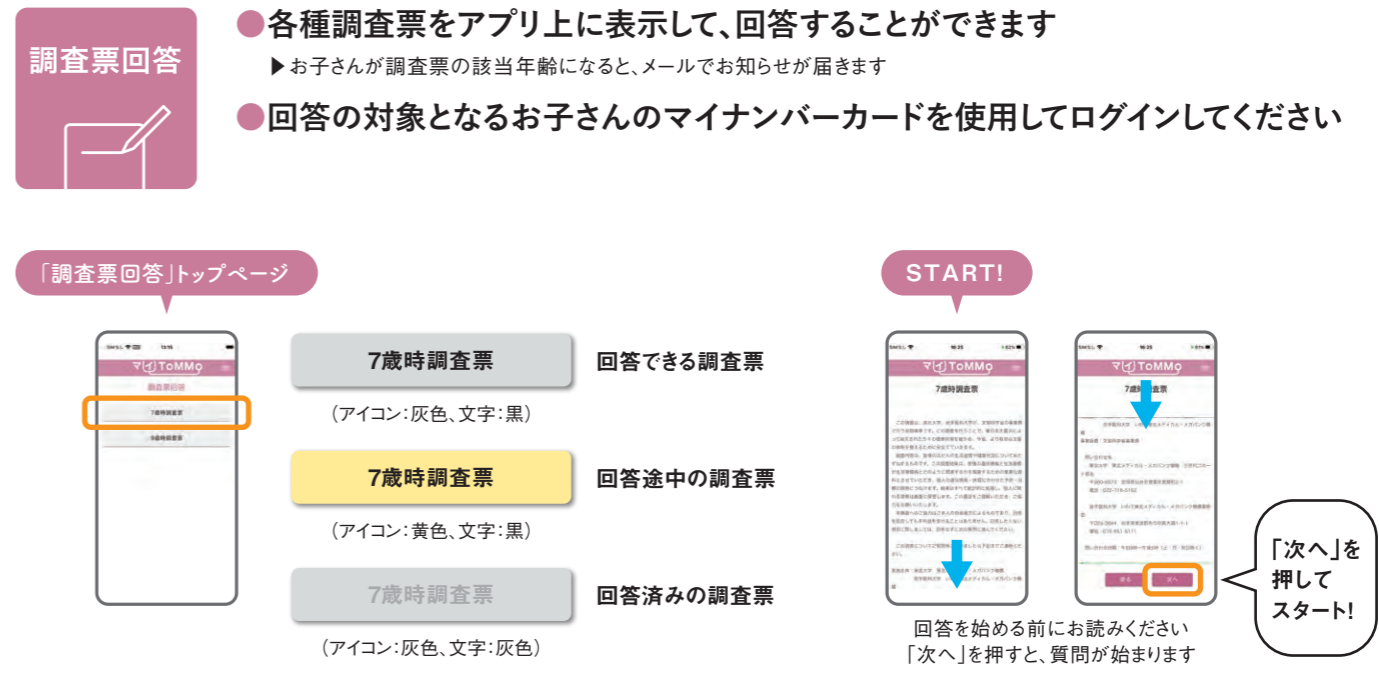
基本操作



健康調査結果



調査票回答



妊婦健診 「ToMMoが収集した情報」は順次閲覧できるようになります

- 妊婦健診の情報をアプリ上で入力・閲覧することができます
- 妊娠中～出産～産後の自分の体の変化をグラフで見ることができます

「妊婦健診」トップページ

◇「ToMMoが収集した情報」の入手先
→ 母子健康手帳
◇ グラフで見られる

ふだん(妊娠前)の身長・体重を記録しておきます(グラフはこの数字を基準に表示されます)

妊婦健診を受けたらその都度入力して、記録に残しておきましょう

新しく記録を作成できます

グラフで見ることができます(右ページ参照)

分娩予定日ごとに記録ができます

乳幼児健診 「ToMMoが収集した情報」は順次閲覧できるようになります

- 出生時や乳幼児健診の情報を、アプリ上で入力・閲覧することができます
- 家族の閲覧申請をすると未成年のご家族の情報を入力・閲覧することもできます (P.12 Q4参照)

「乳幼児健診」トップページ

◇「ToMMoが収集した情報」の入手先
→ 母子健康手帳
◇ グラフで見られる
◇ 家族の閲覧ができる (P.12 Q4参照)

生まれた時の情報を記録しておきましょう

健診を受けたらその都度入力して、記録に残しておきましょう

新しく記録を作成できます

その時々様子を詳しく残すことができます

学校健診

- 小1～中3までの学校健診および体力測定をアプリ上で入力・閲覧することができます
- 家族の閲覧申請をすると未成年のご家族の情報を入力・閲覧することもできます (P.12 Q4参照)

「学校健診」トップページ

◇「ToMMoが収集した情報」の入手先
→ 学校の健診結果
◇ グラフで見られる
◇ 家族の閲覧ができる (P.12 Q4参照)

学校で受けた健診や体力測定の結果をその都度入力して、記録に残しておきましょう

新しく記録を作成できます

グラフで見ることができます(右ページ参照)

1学年あたりひとつの情報を残すことができます

身長・体重だけでなく、学校で行う体力測定の情報も残すことができます

項目ごとに細かく入力できます

※詳細二次調査または詳細三次調査で、追加の同意書をいただいたお子さんが中学3年生になったときに、小中学校9年分の学校健診情報を一括収集しています

各機能共通の補足

◇「ToMMoが収集した情報」と「あなたが入力した情報」について

※P.3もあわせてご覧ください

「ToMMoが収集した情報」は順次閲覧できるようになります(閲覧できるようになりましたらご連絡さしあげます)

ToMMoが収集した情報
変更することはできません
修正が必要な場合はToMMoまでご連絡ください

あなたが入力した情報
自由に入力・変更することができます

修正する時も使用します

◇ グラフ

(例: 特定・職域健診)

「あなたが入力した情報」と「ToMMoが収集した情報」の両方が点で表示されます

「あなたが入力した情報」または「ToMMoが収集した情報」のどちらか一方を見たいときはここで選べます
 ToMMoが収集した情報
 あなたが入力した情報
☑を押して☐にすると非表示になります

※詳細表示
あなたが入力した情報
2022年度
健康診断日: 2022年06月02日
体重: 52.0kg

グラフ上の点を押し、その日の詳しい計測データが表示されます

特定・職域健診

特定・職域健診



- ◇「ToMMoが収集した情報」の入手先
→自治体の健診結果
- ◇グラフで見られる
- ◇表で見られる

●特定・職域健診の情報をアプリ上で入力・閲覧することができます

※「ToMMoが収集した情報」「あなたが入力した情報」についてP.3,9で詳しく説明しています



グラフで見る



8つの項目がグラフで見られます

表で見る

健康診断日	身長	体重	腹囲
2020/06/01	161.1 cm	55.8 kg	85.5 cm
2019/06/01	156.4 cm	52.3 kg	78.0 cm
2018/06/01	156.4 cm	52.3 kg	78.0 cm
2017/06/01	156.4 cm	52.3 kg	78.0 cm
2016/06/01	156.4 cm	52.3 kg	78.0 cm
2015/06/01	156.4 cm	52.3 kg	78.0 cm
2014/06/01	156.4 cm	52.3 kg	78.0 cm
2013/06/01	156.4 cm	52.3 kg	78.0 cm
2012/06/01	156.4 cm	52.3 kg	78.0 cm
2011/06/01	156.4 cm	52.3 kg	78.0 cm

2年分の情報が並んで表示されます

新しく作成する

トップページにない年度の情報を新しく入力できます

予防接種

「ToMMoが収集した情報」は順次閲覧できるようになります

予防接種



- ◇「ToMMoが収集した情報」の入手先
→母子健康手帳
- ◇家族の閲覧ができる (P.12 Q4参照)

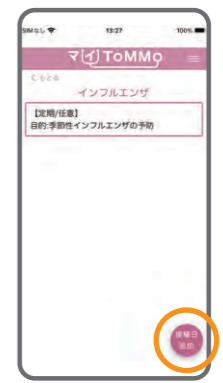
●予防接種の情報をアプリ上で入力・閲覧することができます

●家族の閲覧申請をすると未成年のご家族の情報を入力・閲覧することもできます (P.12 Q4参照)

「予防接種」トップページ



一覧にないワクチンの作成ができます



新たな接種日を追加することができます

入力する

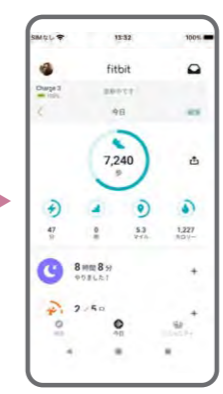
副反応「あり」を選択すると、詳細な情報を入力できます

医療機関の受診「あり」を選択すると、詳細な副反応の症状を入力できます

Fitbit連携



- ウェアラブルデバイス (Fitbit) で取得している情報を見ることができます
- ※すでに「Fitbit」を利用している方向けの機能です



調査研究等のご案内



- 東北大学やその他機関・団体の調査研究等のご案内を見ることができます

