



すごい！  
でも  
どうしてそんなに  
元気なの？



※未病とは健康と病気を一つの明確に分けられる概念としてとらえるのではなく、心身の状態は健康と病気の間を連続的に変化するものととらえ、このすべての変化の過程を表す概念です





メンタルヘルス・ストレス

2025/08/06

★★★

2025/08/01

★★★

2025/06/28

★★★

分析するから音声で自分でも気づけない  
隠れたストレスに気づけるってわけ



未病の状態を知る

スタート

メンタルヘルス・ストレス

録音をタップ後、以下の文章を声に出て読み上げてください。

いろはにほへと

00:00:00 録音した回数： 0/13

録音

そんな技術が！

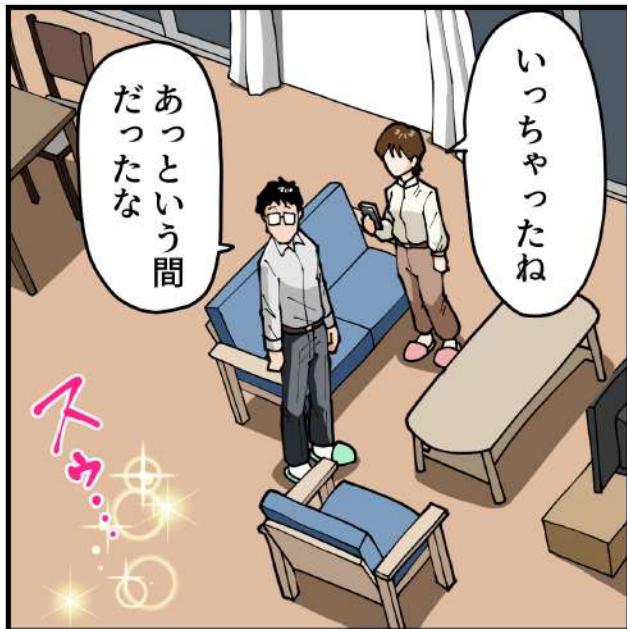
これはメンタルヘルスを音声で分析する独自の技術なの

上を向いて歩こう

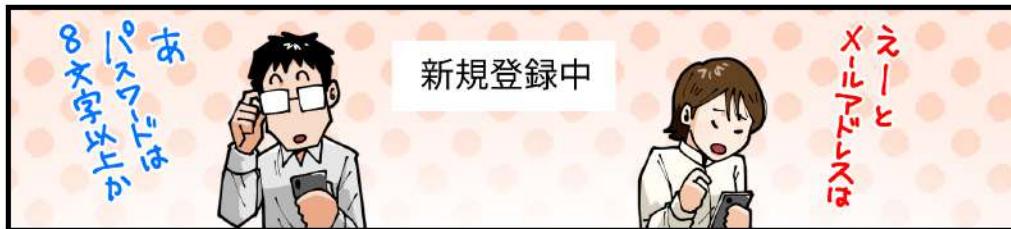
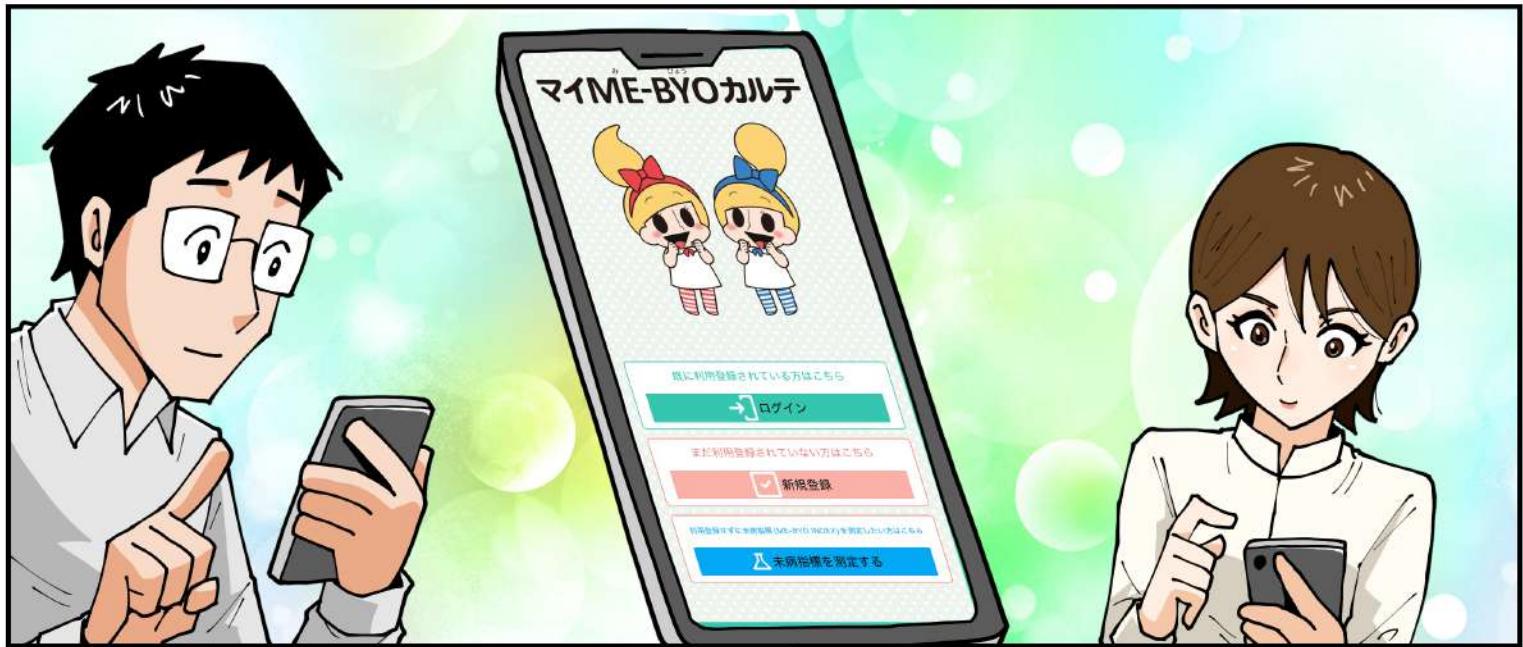
本日は晴天なり

いわばーい





スマートフォンアプリ  
「マイME-BYOカルテ」



えーと  
メールアドレスは

家族みんな  
健康でいたい  
もんな!

やってみる!  
未来のわたし  
きらきらと  
輝いていたもの!



未病指標で  
明るい未来を  
手に入れよう!

俺も  
親父と一緒に時々  
認知機能を  
測つてみるよ!





# 未病指標ってなに？

神奈川県が東京大学、神奈川県立保健福祉大学と連携して開発した指標で、未病の状態を数値等で「見える化」するものです。

## 測定はスマートフォンアプリ「マイME-BYOカルテ」から

- まずはアプリをダウンロード
- 測定してみましょう！

App Store からダウンロード Google Play で手に入れよう



← 4領域すべてを測定したい方はこちらから  
← 認知機能関連やメンタルヘルス・ストレス関連のみをサクッと測定したい方はこちらから



アプリで測定した方は結果画面を下にスクロールして  
「手軽にできる未病改善」をタップ！  
「食・運動・睡眠・社会参加」の観点から  
未病改善の実践方法をお伝えします。

※ アプリ版のみ使用可能



ME-BYO

約3分で  
測定！

認知機能関連のみ測定希望の方はこちらから

※ アプリのダウンロードは不要です。

