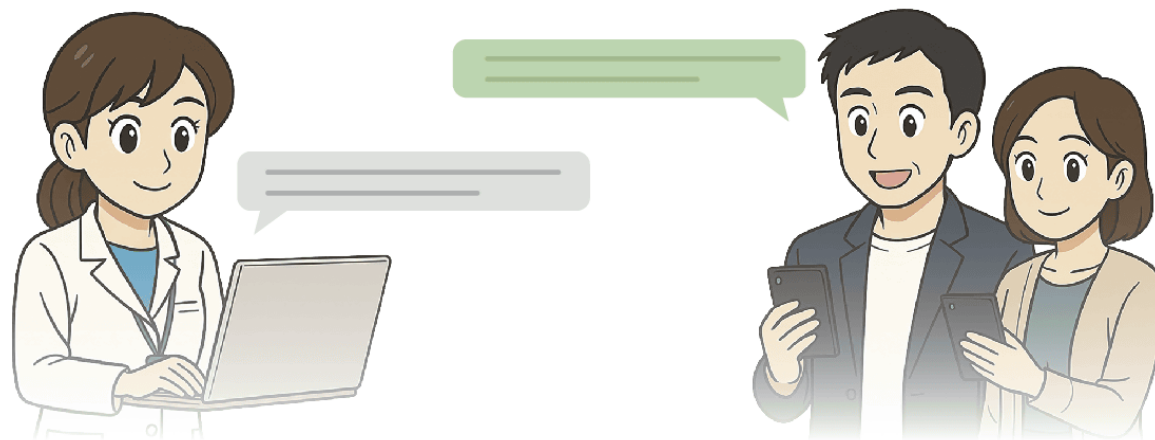


2026.05

ヘルスケアチャットツール



2026年7月に
SMSに対応予定!



mushroomsoft
Innovative Wellness Solution

開発の背景

特定保健指導において対象者との継続的な個別支援が重要ですが、これまでの運用では電話、メール、手紙での管理が中心であり、指導者・利用者双方にとって手間や時間がかかる状況が続いていました。

特に進捗確認やアドバイスの提供など、定期的なコミュニケーションの負担が大きく、継続支援の質を維持することが課題となっていました。

こうした背景のもと、継続支援をより効率的かつ効果的に行える仕組みとして、ヘルスケアチャットツール「UELUN」を開発しました。

本システムはセキュリティ性の高い国内サーバー上で運用されており、個人情報の保護にも十分に配慮した設計となっています。これにより保健指導の現場における業務負担を軽減しながら、より質の高い継続支援の実現を目指しています。

導入事例も増えてきました。
継続支援の業務量が
大幅に改善します。



ヘルスケアチャットツール UELUNとは？

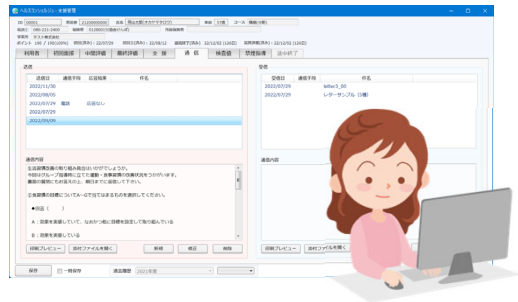
1. 特定保健指導の継続支援に特化したチャットツール
2. ヘルスコンシェルジュとシームレスに連携
3. 携帯電話番号を利用したSMS通知に対応
4. 問診内容のカスタマイズが自由自在
5. 問診型、連絡型の2パターンのチャットを利用者に送信
6. 利用者への通知メール、リマインドメールの自動送信
7. ヘルスコンシェルジュのTODOリストでチャットの通信結果を確認
8. UELUN健康図書館による情報提供
9. 各種クラウドサービスとハイパーリンクで連携
10. クラウドサーバーは、国内クラウドの「さくらのクラウド」で安心、安全の運用。データセンターは東京です。
11. ISO/IEC 27001:2022 認証登録番号 10672 (岡山本社)を取得
12. 将来的には携帯電話のSMSにも対応予定



運用イメージ①

オンプレミス環境 (オフライン)

クラウド環境 (オンライン)



ヘルスコンシェルジュの通信でチャットを作成。
日時処理で圧縮ファイルをエクスポートする。



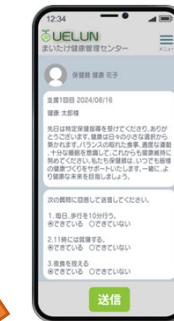
暗号化



ヘルスコンシェルジュからエクスポートされた圧縮ファイルをUELUNにアップロード。



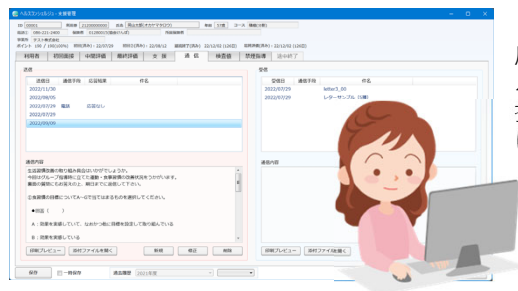
メール、SMSの通知。送信のタイミングはシステム側で設定できる。



UELUNにメールへの返信を入力して送信する。



暗号化



ウエルンからダウンロードした圧縮ファイルをヘルスコンシェルジュにインポート。
指導者はヘルスコンシェルジュにて返信内容を確認する。



チャット内のハイパーリンクから外部のWEBサービスにアクセスできる。遠隔面談、情報提供に活用。



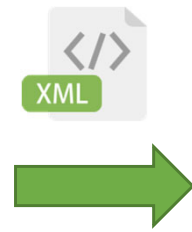
メールを受信してメール内のURLを開きUELUNにログインする。

運用イメージ②

指導者から利用者へのチャットの送信



5月9日に利用者向けのチャットを設定。



5月10日12時に利用者向けの通知メールを一斉送信。



送信例)

- 継続支援、最終評価の問診を利用者に送る。
- 利用者からの問診の返信後にアドバイスを送る。
- 初回面談前に遠隔面談(招待状)の案内を送る。
- 初回面談前に事前問診を送る。
- 脱落通知を利用者に送る。

運用イメージ③

利用者から指導者へのチャットの返信



チャットの回答結果をヘルスコンシェルジュで確認する。



5月10日16時にウエルンからチャットを圧縮ファイルをダウンロードし、ヘルスコンシェルジュに取り込む。



利用者は各々のタイミングでウエルンにログインしチャットの回答、閲覧を行う。

運用イメージ④

チャットを開いてくれたケース



1回目のチャット送信（既読）



チャット返信



チャットを開いてくれなかったケース



1回目のチャット送信（未読）



1回目のリマインドチャット送信（未読）



2回目のリマインドチャット送信（既読）



チャット返信



- リマインドチャットは設定された間隔で自動送信されます。
- チャットの返信が実行された時点でリマインドは終了します。

操作イメージ ①

指導者

送信日 2025/05/20(火) 送信時間 12:00 通信手段 Uelun 状況 未送信 支援

件名 特定保健指導・支援1回目

UELUNテンプレート
<?xml version="1.0" encoding="utf-8"?>
<Uelun xmlns:xsi="http://www.w3.org/2001/XMLSchema-instance" xmlns:xsd="http://www.w3.org/2001/XMLSchema">

コメント
先日は保健指導にお時間をいただき、ありがとうございました。これからも良い体調を維持していくためには、身体のメンテナンスが必要です。健康診断の結果で気になったところが解消できるよう、この機会に普段の生活を見直していきましょう。最近の取り組みについてお知らせください。

アドバイス1
生活習慣を改善するためのヒントをいくつかご紹介します。
まずは、できそうなことから1つずつ取り組んでみましょう。

食生活改善のヒント

食べる順序に気をつけてよく噛んで食べる
・“ラストカーボ”を意識して、おかずから食べ始める
・よく噛んで食べる(一口5回余計に噛むことから始める)

バランスの良い食事を意識する
・野菜を意図的に増やす(最初に食べると血糖値の急上昇を抑えられます)
・脂質の多い揚げ物やインスタントラーメン等の加工食品を減らす(連食をしない)
・糖分補給料やカフェインを多く含む飲み物(砂糖やコーヒーマシンの加糖飲料を控

アドバイス2

保存 キャンセル

チャットの送信日時を設定できる。

利用者向けのメッセージを入力できる。

利用者向けのアドバイスを入力できる。

- ・ 指導者はヘルスコンシェルジュで利用者向けのチャットを作成する。
- ・ チャットと支援を紐づけでき、利用者の回答結果を自動で支援に設定できる。
- ・ 問診内容はテンプレートを編集することで自由自在に変更できる。
- ・ 指導側が想定するチャットの送信日時に到達しないと、利用者はチャットを開くことができない。

操作イメージ ②

指導者

目標設定

目標設定日： 2025年01月01日 (初回) 改善計画・目標の読み込み

行動目標

種別	目標
① 食習慣	炭水化物の重ね食いをしない
② 食習慣	食事をするときは腹八分目にする
③ 運動習慣	毎日自転車で通勤する (20分)
④	
⑤	
⑥	
⑦	
⑧	
⑨	
⑩	

設定 キャンセル

UDELUN
マイタケ健康管理センター 9876543210

保健師 スズキ

源辺由美様

先日は特定保健指導を受けてくださり、ありがとうございます。

(食習慣)炭水化物の重ね食いをしない

できている
 できていない

(食習慣)食事をするときは腹八分目にする

できている
 できていない

(運動習慣)毎日自転車で通勤する (20分)

できている
 できていない

身長 cm

体重 kg

腹囲 cm

血圧 / mmHg

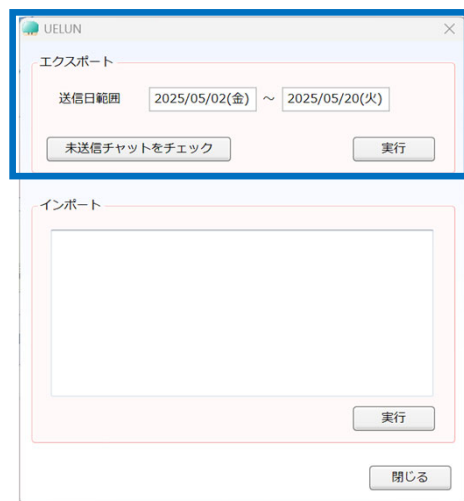
次へ

Copyright © mushroomsoft co.,ltd. All rights reserved.

ヘルスコンシェルジュに設定した行動目標をUDELUNに自動反映できます。

操作イメージ ③

指導者



ヘルスコンシェルジュ



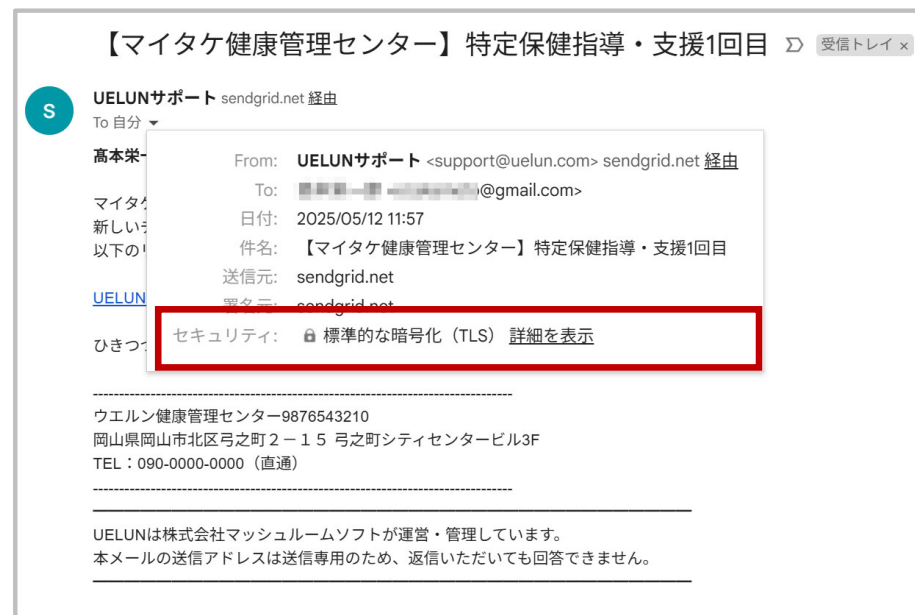
UELUN管理画面

ヘルスコンシェルジュに蓄積された送信チャットをクラウドサーバーにアップロードする。

- 利用者に通知メールが届きメール内のURLを開きログインする。
- 新規ログインの場合、パスワードを設定する。
- 通知メールの送信のタイミングは指導者側で設定できる。
例) 平日の12時に通知メールを送信する。
- UELUN管理画面にログインするには、管理者ID、管理者パスワードが必要です。

操作イメージ ④

利用者



利用者に通知メールが届きメール内のURLを開きログインする。新規ログインの場合、パスワードを設定する。通知メールの送信のタイミングは指導者側で設定できる。
例) 平日の12時に通知メールを送信する。

UELUNから送信されるメールは全てTLSにより暗号化されたメール送信となる。TLS暗号化はプライバシー保護に役立ち、送信中のメールの傍受や改ざんを防ぎます。

操作イメージ ⑤

利用者

【マイタケ健康管理センター】 特定保健指導 1回目のメール支援です

S UELUNサポート sendgrid.net 経由
To 自分 ▼

マイタケ健康管理センターの特定保健指導をご利用いただきありがとうございます。
新しいチャットが届きましたので、お知らせいたします。
以下のリンクからログインし、確認をお願いいたします。

[UELUNにログイン](#)

ひきつづきよろしくお願ひします。

ウエルン健康管理センター9876543210
岡山県岡山市北区弓之町2-15 弓之町シティセンタービル3F
TEL：090-0000-0000（直通）

UELUNは株式会社マッシュルームソフトが運営・管理しています。
本メールの送信アドレスは送信専用のため、返信いただいても回答できません。



12:34

UELUN
マイタケ健康管理センター-9876543210

こんにちは。マイタケ健康管理センターです。下記にメールアドレス、登録したパスワードを入れてログインしてください。

メールアドレス：

パスワード：

パスワードを表示する

ログイン

[パスワードを忘れたまたは未登録の場合はこちらへ](#)

Copyright © mushroomsoft co.,ltd. All rights reserved.



- 利用者は通知されたメール内の「UELUNにログイン」をクリックしてログインします。
- 通知メール内の文章は実施機関側でテンプレート設定が可能です。
- 利用者はログインの為のパスワードを設定でき、パスワード忘れの場合も利用者自身で再設定できます。

操作イメージ ⑥

指導者

予定日	時間	ID	氏名	氏名(カナ)	第1希望TEL	第2希望TEL	電話メモ	区分	支援形態	支援タイプ	通信結果	回数
2025/01/17(金)		4038	青木真	アオキイサム	2938475610			積極的支援	個別支援	初回面接		/8回
2025/01/31(金)		4038	青木真	アオキイサム	2938475610			積極的支援	電子メール等	支援A	回答済	/8回
2025/02/14(金)		4038	青木真	アオキイサム	2938475610			積極的支援	電子メール等	支援A	回答済	/8回
2025/02/28(金)		4038	青木真	アオキイサム	2938475610			積極的支援	電子メール等	中間評価	回答済	/8回
2025/03/14(金)		4038	青木真	アオキイサム	2938475610			積極的支援	電子メール等	支援A	回答済	/8回
2025/03/28(金)		4038	青木真	アオキイサム	2938475610			積極的支援	電子メール等	支援A		/8回
2025/04/18(金)		4038	青木真	アオキイサム	2938475610			積極的支援	電子メール等	支援A		/8回
2025/04/18(金)		4038	青木真	アオキイサム	2938475610			積極的支援	電子メール等	最終評価		/8回
2024/04/01(月)		4028	阿部太郎	アベタロウ	8473629102	2938475610		積極的支援	個別支援	初回面接		/9回
2024/04/15(月)		4028	阿部太郎	アベタロウ	8473629102	2938475610		積極的支援	電子メール等	支援A	既読済	/9回
2024/04/28(日)		4028	阿部太郎	アベタロウ	8473629102	2938475610		積極的支援	電子メール等	支援A		/9回
2024/04/29(月)		4028	阿部太郎	アベタロウ	8473629102	2938475610		積極的支援	電子メール等	支援A	回答済	/9回

【通信結果】

一時保存 … 送信準備中
未送信 …… HCからのエクスポート前
送信済 …… HCからのエクスポート済
未読 …… 通知を送信したが未読
未回答 …… 問診チャットは既読だが未回答
回答済 …… 問診チャットの返信済
既読済 …… 連絡チャットの既読済

※HC…ヘルスコンシェルジュ

- TODOリストでチャットの通信結果を確認できる。
- 通信結果は、一時保存、未送信、送信済、未読、未回答、回答済、既読済の7種類。
- 指導者は通信結果を受けて支援の実施状況を記録できる。

操作イメージ ⑦

指導者

ヘルスコンシェルジュ「岡山病院」- 支援管理

ID: 11 | 利用券: 24000000000 | 氏名: ウエルン梅子(ウエルンウメコ) | 年齢: 27歳 | コース: 4期 | 種別: 電子メール | 実熟期: 4

健康日: 25/04/02 | 初回(済み): 25/04/02 | 継続終了(予定): 25/08/20 (140日) | 最終評価(予定): 25/10/08 (189日)

実施ポイント: 50 (早期介入: 20 | プロセス: 30 | アウトカム: 0) | 計画ポイント: 330 (早期介入: 20 | プロセス: 130 | アウトカム: 180) | 最終評価判定: 不可(50/30/ア:0)

送信

送信日	通信手段	応答結果	件名
2025/05/07	Uelun	回答済	特定保健指導・支援1回目

受信

受信日	通信手段	件名
2025/05/07	Uelun	特定保健指導・支援1回目

通信内容

```
<?xml version="1.0" encoding="utf-8"?>
<Uelun xmlns:xsi="http://www.w3.org/2001/XMLSchema-instance" xmlns:xsd="http://www.w3.org/2001/XMLSchema">
  <Version>1</Version>
  <ID>3ae19ae2-65d1-4eb0-ba99-9a775d5f9f78</ID>
  <ShienGUID>00000000-0000-0000-0000-000000000000</ShienGUID>
  <Status>500</Status>
  <OpenDate>2025-05-07T10:01:39.2099256</OpenDate>
  <AnswerDate>2025-05-07T10:02:22.3446299</AnswerDate>
  <Riyousya>
    <Nendo>2024</Nendo>
  </Riyousya>
</Uelun>
```

日付: 2025/05/09(金) | 状況: 送信済み | 支援: 支援A(2024/09/17)

件名: 特定保健指導・支援1回目 | 回答日:

概要 XML

【回答日】未回答です

【質問前文】

先日は保健指導にお時間をいただき、ありがとうございました。これからも良い体調を維持していくためには、身体のメンテナンスが必要です。健康診断の結果で気になったところが解消できるよう、この機会に普段の生活を見直していきましょう。最近の取り組みについてお知らせください。

【質問】

【質問1】体重を測定する頻度はどれくらいですか?
【回答1】

【質問2】腹囲
【回答2】

【質問3】体重
【回答3】

【質問4】血圧(計測された方)
【回答4】

【質問15】1日の平均歩数を教えてください。(測定している場合)
【回答15】

【質問16】体脂肪率は何%ですか?(測定している場合)
【回答16】

【質問17】ご質問や感想がありましたらご記入ください。
【回答17】

閉じる

指導者はヘルスコンシェルジュにて
利用者のチャットを確認できる。

操作イメージ ⑧

指導者

The image displays two overlapping windows. The left window is a web browser showing the UELUN questionnaire interface. The right window is a desktop application for health management, showing a user's profile and a table of health metrics.

Questionnaire Data (Left Window):

- 1. 毎日、歩行を10分行う。
 できている できていない
- 2. 11時には就寝する。
 できている できていない
- 3. 夜食を控える。
 できている できていない
- 4. 体重
98 kg
- 5. 腹囲
99 cm

Health Management Software Data (Right Window):

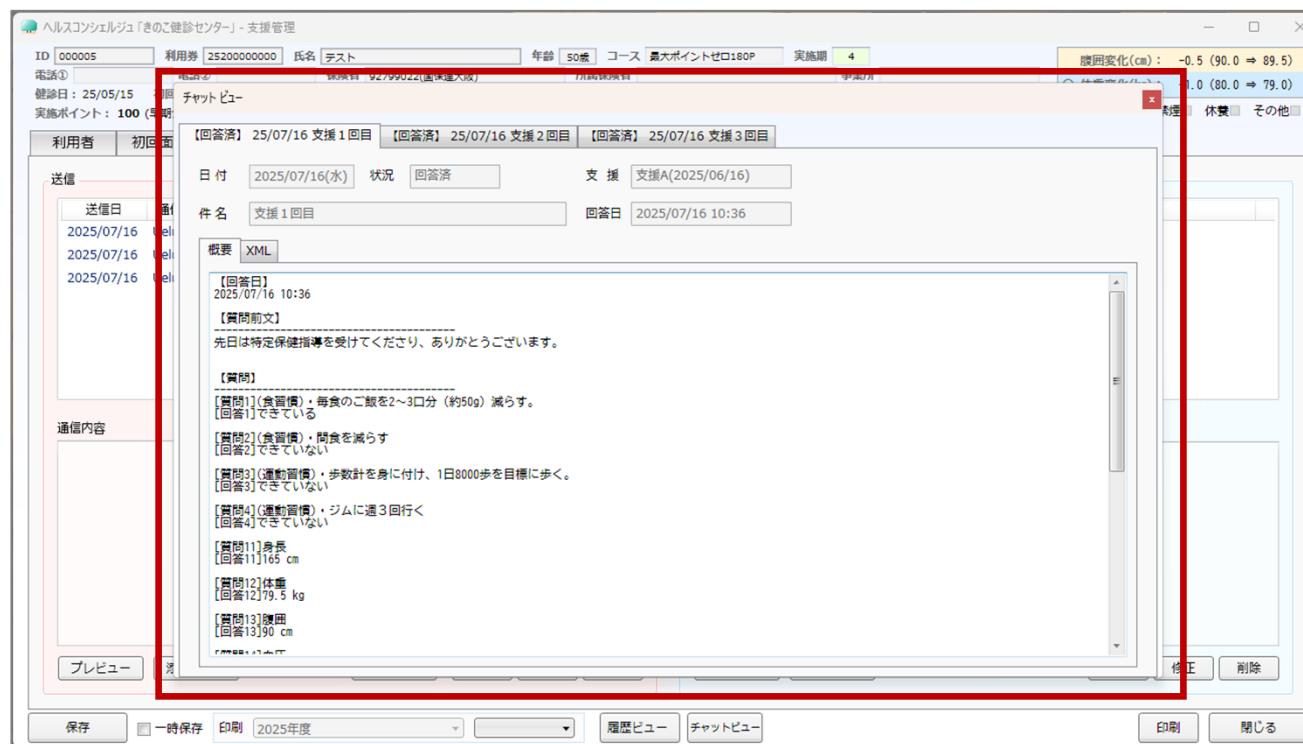
項目	測定値	目標値
腹囲	98.0 cm	100.0 cm
体重	99.0 kg	100.0 kg
収縮期血圧		
拡張期血圧		
運動	100 kcal	
食事	100 kcal	
一日	200 kcal	

Red arrows indicate the flow of data from the questionnaire to the software. A red box highlights the '測定値' (Measured Values) section in the software, and a blue box highlights the '生活習慣の改善&目標の変更' (Improvement of Habits & Goal Change) section. The software also shows a table of target values and a section for habit improvement goals.

UELUNで利用者が入力した腹囲、体重、生活習慣の目標達成状況はヘルスコンシェルジュの支援、中間評価に自動設定されます。

操作イメージ ⑨

指導者



チャットビュー機能で支援管理画面のどこからでもチャットを確認できます。

操作イメージ ⑩

指導者

予定日	時間	ID	氏名	氏名(カナ)	第1希望TEL	第2希望TEL	電話メモ	通信結果	区分	支援形態
2025/06/25(水)	11		ウエルン梅子	ウエルンウメコ				未読	積極的支援	個別支援(対面)
2025/08/20(水)	11		ウエルン梅子	ウエルンウメコ				未送信	積極的支援	電子メール等
2025/04/29(火)	2		ウエルン次郎	ウエルンジロウ				既読済	積極的支援	電子メール等
2025/07/18(金)	17		ウエルン三郎	ウエルンサブロウ				既読済	積極的支援	個別支援(対面)
2025/01/10(金)	17		ウエルン三郎	ウエルンサブロウ				回答済	積極的支援	個別支援
2025/02/07(金)	17		ウエルン三郎	ウエルンサブロウ				回答済	積極的支援	電子メール等
2025/04/01(火)	13:00	2	ウエルン次郎	ウエルンジロウ				回答済	積極的支援	個別支援
2025/04/04(金)	17		ウエルン三郎	ウエルンサブロウ				回答済	積極的支援	個別支援(対面)
2025/05/30(金)	17		ウエルン三郎	ウエルンサブロウ				回答済	積極的支援	電子メール等
2025/04/01(火)	8		岡山太郎	オカヤマタロウ				積極的支援	個別支援	
2025/04/01(火)	12		キノコ次郎	キノコジロウ				積極的支援	個別支援	併機付け支援
2025/04/01(火)	6		キノコ太郎	キノコタロウ				モデル実施		モデル実施

通信結果

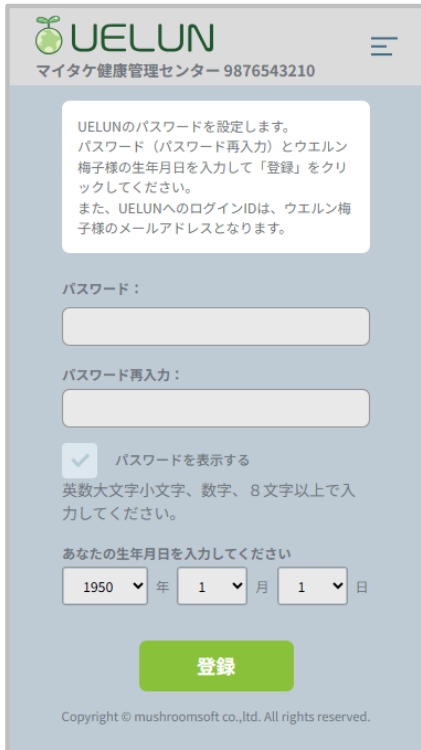
- 対話
- 応答なし
- 留守電
- 未送信
- 送信済み
- 未読
- 未回答
- 回答済
- 既読済

遅延(62日以上) 遅延(14日以上)

TODOリストでチャットの通信結果を確認できます。通信結果を任意の状況で絞り込みも可能です。

画面イメージ

スマートフォン、タブレット、パソコンに対応したレスポンスな画面です。



UVELUNのパスワードを設定します。
パスワード（パスワード再入力）とウエルン梅子様の生年月日を入力して「登録」をクリックしてください。
また、UVELUNへのログインIDは、ウエルン梅子様のメールアドレスとなります。

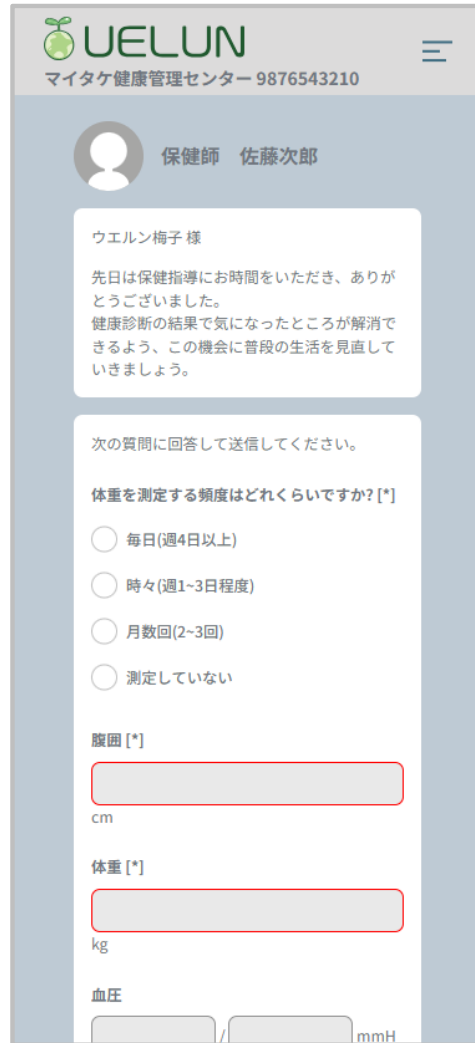
パスワード：
パスワード再入力：

パスワードを表示する
英数大文字小文字、数字、8文字以上で入力してください。

あなたの生年月日を入力してください
1950 年 1 月 1 日

登録

Copyright © mushroomsoft co.,ltd. All rights reserved.



UVELUN
マイタケ健康管理センター 9876543210

保健師 佐藤次郎

ウエルン梅子様

先日は保健指導にお時間をいただき、ありがとうございました。
健康診断の結果で気になったところが解消できるよう、この機会に普段の生活を見直していきましょう。

次の質問に回答して送信してください。

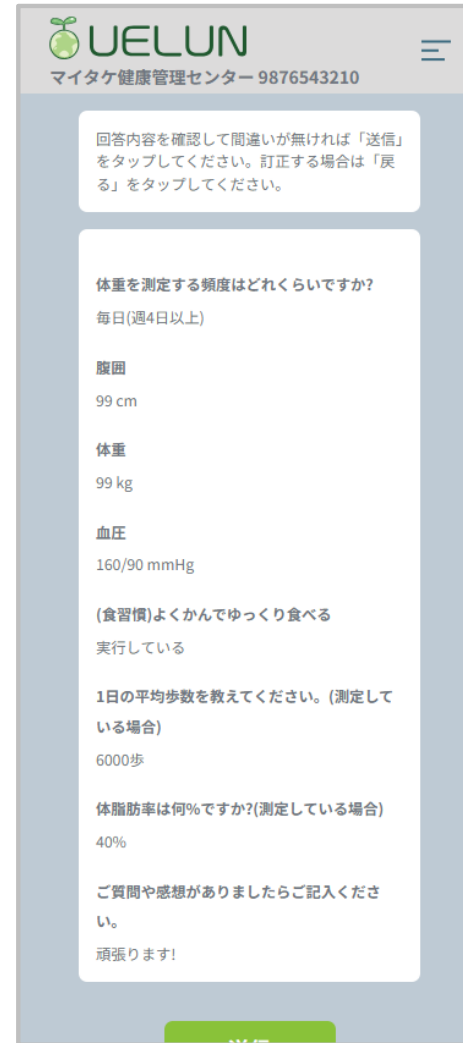
体重を測定する頻度はどれくらいですか? [*]

毎日(週4日以上)
 時々(週1-3日程度)
 月数回(2-3回)
 測定していない

腹囲 [*]
cm

体重 [*]
kg

血圧
mmHg



UVELUN
マイタケ健康管理センター 9876543210

回答内容を確認して間違いが無ければ「送信」をタップしてください。訂正する場合は「戻る」をタップしてください。

体重を測定する頻度はどれくらいですか?
毎日(週4日以上)

腹囲
99 cm

体重
99 kg

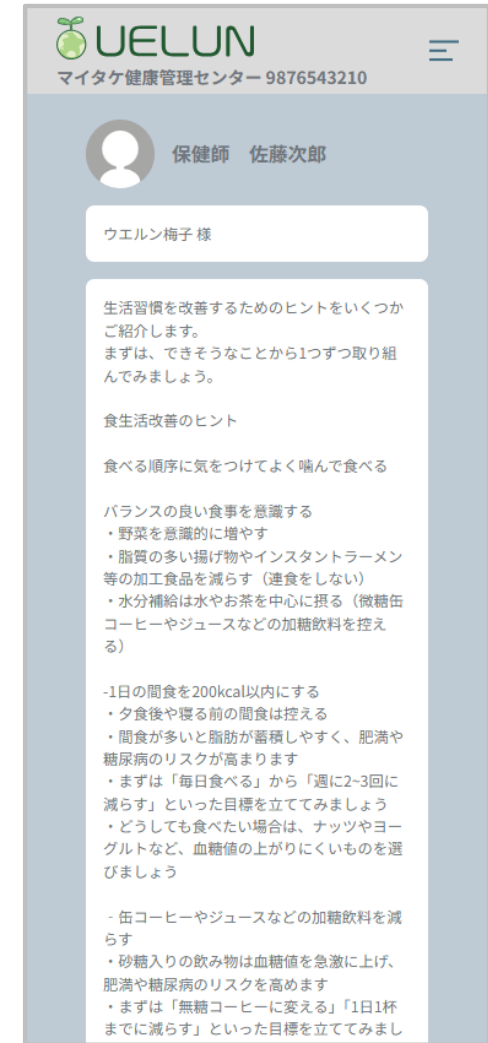
血圧
160/90 mmHg

(食習慣)よくかんでゆっくり食べる
実行している

1日の平均歩数を教えてください。(測定している場合)
6000歩

体脂肪率は何%ですか?(測定している場合)
40%

ご質問や感想がありましたらご記入ください。
頑張ります!



UVELUN
マイタケ健康管理センター 9876543210

保健師 佐藤次郎

ウエルン梅子様

生活習慣を改善するためのヒントをいくつかご紹介いたします。
まずは、できそうなことから1つずつ取り組んでみましょう。

食生活改善のヒント

食べる順序に気をつけてよく噛んで食べる

バランスの良い食事を意識する

- 野菜を意識的に増やす
- 脂質の多い揚げ物やインスタントラーメン等の加工食品を減らす(連食をしない)
- 水分補給は水やお茶を中心に摂る(微糖缶コーヒーやジュースなどの加糖飲料を控える)

-1日の間食を200kcal以内にする

- 夕食後や寝る前の間食は控える
- 間食が多いと脂肪が蓄積しやすく、肥満や糖尿病のリスクが高まります
- まずは「毎日食べる」から「週に2-3回に減らす」といった目標を立ててみましょう
- どうしても食べたい場合は、ナッツやヨーグルトなど、血糖値の上がりにくいものを選びましょう

-缶コーヒーやジュースなどの加糖飲料を減らす

- 砂糖入りの飲み物は血糖値を急激に上げ、肥満や糖尿病のリスクを高めます
- まずは「無糖コーヒーに変える」「1日1杯までに減らす」といった目標を立ててみまし

自由自在なコンテンツ提供①



利用者はUELUN健康図書館のリンクを開いて様々な健康情報にアクセスできる。

また、ZOOM、クラウドストレージなど様々なクラウドサービスのリンクを送信メールに設定できる。



動作環境

実施機関

アプリケーション:ヘルスコンシェルジュ

推奨OS:Windows11、Windows10、macOS

推奨ブラウザ:Google Chrome、Microsoft Edge、Safari

メールアドレス:一つ

インターネット回線(10Mbps以上)

利用者


推奨OS:iOS(iPhone、iPad)、Android、Windows11、10、macOS

推奨ブラウザ: Safari、Google Chrome、Microsoft Edge

メールアドレス:一つ

インターネット回線(10Mbps以上)

※実施機関、利用者共にアプリケーションのインストールは不要です。



Our Mission for Nutrition and Healthcare

岡山本社

〒700-0817 岡山県岡山市北区弓之町2-15 弓之町シティセンタービル3F TEL 086-221-2400 / FAX 086-221-2401

東京オフィス

〒103-0027 東京都中央区日本橋3-2-14 日本橋KNビル4F TEL 03-5201-7030

加盟団体

公益社団法人 日本栄養士会 / 公益社団法人 岡山県栄養士会

ISO/IEC 27001:2022 認証登録番号 10672 (岡山本社)



ISO 27001:2022 認証取得

(岡山本社)