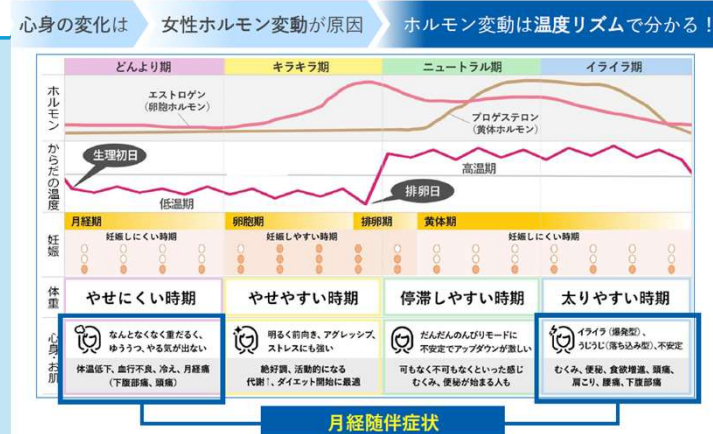


よくあるご質問

Q参加者は何をしたらいいですか？ 測定で何がわかるのですか？

事前アンケートにご回答いただき、期間中は温度リズムの計測と、婦人科医監修の動画研修（計6回）を視聴していただきます。プログラム終了後、事後アンケートにご回答ください。日々の測定から温度リズムを把握することで、1ヵ月の中で移り変わるご自身の心身の状態（周期）を把握することができます。



Q3ヵ月間必ず毎日測定（装着）しないといけないのですか？

温度リズムを把握するためにはなるべく毎日測定できることが望ましいですが、測定できない日があっても問題はありません。できるペースで実施してください。

Qデバイスを着けて寝るのを忘れてしまいました。温度リズムが測れなくなりますか？

デバイスを着けていない日は温度の測定ができません。アプリでは測定できた日のデータを元に心身の周期状態を表示しますので、測定できている日が多い方がより正確なデータを表示できます。

よくあるご質問

Qアプリには何か登録が必要ですか？

ログインする際にSNSIDの登録が必要になります。”yahoo”、“apple”、“google”、“dアカウント”からお選びいただけます

Q研修動画はいつ視聴したらいいですか？

プログラム期間中に、全6回分の動画が順次配信されます。（メールにてご連絡いたします。）配信後はプログラム期間中いつでも視聴可能となりますので、好きなタイミングでご視聴いただけます。

Qプログラムが終わった後のデバイス、ナイトブラはどうしたらいいですか？

デバイスは指定の方法でご返却をお願いします。ナイトブラは返却不要です。

Qアンケートの回答や結果のレポートは、企業や健康保険組合に開示されますか？

個人が特定される状態での開示はされません。
みなさまの回答を集計した集団分析資料として利用させていただきます。
また、アプリ内のデータについても企業や健康保険組合に提供されることはありませんのでご安心ください。