

myVital 操作説明書(v2. 7. 0)

1. はじめに

myVital をダウンロード頂きましてありがとうございます。

健康を維持するには自分の体の変化を素早くとらえて対処することが重要です。

健康診断、会合や自宅など測定した体データは、データ取得した時に見て確認したら、そのデータはどこかへ置き忘や破棄をいませんか？

その貴重なデータを一括管理すれば、自分の体の変化を早く察知して、タイムリーに対処することができます。

本ソフトは取得した各種のバイタル結果が簡単にエクセルデータとして入力することができ、いろいろな側面からデータを見ることが出来、健康管理に役立てることができます。

2. 動作環境

OS: Windows7/8/10

画面サイズ: 15 インチ程度

必要ソフト: マイクロソフト エクセル(2007 以降)

3. 機能概要

1. 利用者可能数
1 名～数十名以上可能
2. 管理可能項目
 - ・血圧(高/低) ・平均血圧/脈圧 (血圧から自動計算)
 - ・体温 ・脈拍
 - ・体重/BMI (BMI は体重と身長から自動計算)
 - ・ウエスト、体脂肪、視力
 - ・血糖値(空腹)、血糖値(食後 2H)、・血糖 HbA1c
 - ・歩数、 ・摂取カロリー
 - ・骨密度 ・認知症評価
 - ・メモ欄(20 文字以内で自由に記載)
3. グラフ表示
 - ・最新 9 回分(1 年以内を表示)
 - ・短期平均トレンドグラフ(今日、1 週前～8 週前を表示)
 - ・長期平均トレンドグラフ(今月、1、2、3、4、6、9、12 ヶ月前、1 年以上前)
 - ・グラフにメモ記載の時期と内容を表示
 - ・グラフに規格値の設定表示
 - ・グラフの印刷機能
4. 体型評価、認知症、複合グラフ
 - ・BMI と体脂肪から体型評価を行います。
 - ・認知症評価の HP と連携して評点の管理ができます。
 - ・体重と他項目を同一グラフに表示し、関連性の評価ができます。

なお、入力データはエクセルの各シートに利用者毎に記録されるため、エクセルによる色々な加工や印刷などエクセルデータとして利用可能です。

4. インストール

- (1) 任意の場所に myVital.zip を解凍する。:解凍処理を行わないと動作が不完全になります。
- (2) 解凍したホルダごと任意ホルダに移動する。

(展開ファイル)

1.myVital.xlsm

2.音フォルダ :入力音をだすための音源用

3.Temp フォルダ :グラフ画像用

4.取扱い書(PDF)

5.必ずお読みください(本ファイル)

注)上記の 1～3 は必ず同一フォルダ内に置いてください。

- (3)myVital .xlsm をダブルクリックすると動作します。

- (4)初期画面でマクロを有効にしてください。

(マクロ有効方法がわからない場合は、エクセルのヘルプを参照のこと)

以上でインストールは終了です。

5. アンインストール

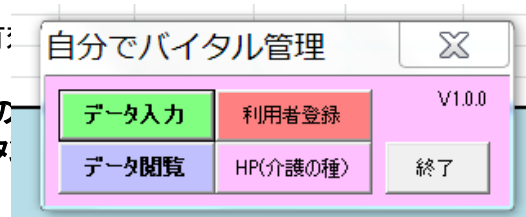
- (1)フォルダごと削除してください。

以上でアンインストールは完了です。(レジストリはいじってありません)

6. 操作説明

myVital.xlsm をダブルクリックしてエクセルが起動し、マクロが有効にされると右図のメインメニューフォームが起動します。

- ・マクロを有効にしないとエクセルの表紙シートが表示されるのでメインメニューフォームは表示されません。またスタートボタンを押しても動作しません。



(マクロ有効方法)

- ・エクセルのリボンバーの下に”セキュリティの警告 マクロが無効にされました”と表示してある右側のオプションボタンを押す
- ・このコンテンツを有効にするにチェックし、OKとする。(マクロが有効になります)
- ・毎回表示される場合は、本ファイルのホルダを“信頼できるホルダ”として登録すると毎回表示されなくなります。

* 上記でマクロ有効方法がわからない場合は、エクセルのヘルプを参照してください。

6.1 メインメニュー操作

- ・**利用者登録**: 利用者登録フォームが表示されます。・・・6.2 項を参照
- ・**データ入力**: データ入力フォームが表示されます。・・・6.3 項を参照
- ・**データ閲覧**: データ閲覧フォームが表示されます。・・・6.4 項を参照
- ・**終了**: 本フォームを閉じ、エクセルとして使用できるようになります。再度本メニューを表示するには表紙シート上のスタートボタンを押してください。
- ・**HP**: ホームページを表示します。

注) 本ソフトの動作を体験してもらうため、サンプルのデータが収納されておりますので、本ソフトの利用においては、6.2 項の削除の場合を参照して、サンプルデータを削除して利用するようお願いいたします

6.2 利用者登録フォーム操作

6.1 項で**利用者登録**ボタンを押すと右図のフォームが表示されます。

最初に、データ処理区分を選びます。

- ・新規:新規に利用者を登録
- ・修正:利用者リスト表から修正したい利用者を
ックして選定します。
- ・削除:利用者リスト表から削除したい利用者を
ックして選定します。

<新規の場合>

- ① 氏名、性別、生年月日、身長、コメント、ID を入
します。
並び替え方法を選定します。
(登録順か、部屋区分/名前順のどちらかを選
ます)

・必須項目は、必ず入力ください。

- ② **登録/修正/削除**ボタンを押すと新規登録し、氏名
のワークシートが自動で作成されます。

<修正の場合>

- ① 左側のリスト表から修正したい利用者をクリック
すると、各欄に登録してあるデータが表示されま
すので、必要な箇所を修正します。
- ② **登録/修正/削除**ボタンを押すと修正内容で変
更されます。

<削除の場合>

- ① 左側のリスト表から削除したい利用者をクリック
します。
- ② **登録/修正/削除**ボタンを押すと該当利用者が
削除されます。ワークシートも同時に削除されま
す。

6.3 データ入力フォーム操作

6.1 項で「データ入力」ボタンを押すと右図のフォームが表示されます。

右図は“マウス入力”の方式です。

右の赤丸の“マウス入力”をクリックすると、下図のようにキーボード入力方式に変化します。

1. データ登録日の選択

データ登録日は次の方法で選択できます。

① ~~カレンダーからの入力~~

~~入力する年月を表示して、日にちをクリックして、登録日を変更する。~~

② 登録日欄横の進む・戻るボタンのクリック

進むボタン: 1日進む

戻るボタン: 1日戻る

マウスを使用しないでキーボードから入力する場合は、**Alt** ボタンを押しながら、**⌫** ボタンを押すと進む、**⌵** ボタンを押すと戻るにすることができます。

2. 利用者の選択

利用者選択欄のトップの人のグラフが表示されます。

変更する場合は利用者名リスト欄の名前をクリックする。

3. データの入力

3.1 マウス入力方式の場合

* 1日進める機能は不可。

- ① 入力したい項目のボタンを押す。(入力欄のクリックでも良い)
- ③ 数字ボタンをクリックすると値が入力されます。
入力したい項目を順次同様に行う。
- ④ 入力完了したら、**入力** ボタンを押すと登録されます。その値はデータ表に表示され、エクセルシートにも登録されます。

3.2 キーボード入力方式の場合

1日のデータは“データ1”と“データ2”に入力します。

- ① 項目の左側のボタンを押すと、入力欄が白色に変化します。再度押すと赤くなります。利用者別に設定できます。
・白色欄間をカーソルが移動します。赤色欄にはカーソルは停止しません。
・赤色欄に入力したい場合は、マウスでその欄にカーソルを移動して値を入力できます。
* 白/赤色は入力しやすいように、単にカーソルの移動を制御しているだけです。
- ② 白色欄のデータ入力が終わると、カーソルは**登録** ボタン上に来て、**登録できます** ボタンに変化しますので、**Enter** キーを押すと登録が行われます。

4. データの修正

4.1 マウス入力方式の場合

- ① 修正したい項目のボタンを押す。
- ② **Clear** ボタンを押すと数字がクリアされますので、修正したい値を入力します。
- ③ 入力完了したら、**入力** ボタンを押すと登録されます。その値はデータ表に表示され、エクセルシートにも登録されます。

4.2 キーボード入力方式の場合

- ① 入力済み日のデータ修正を行う場合は、登録日と利用者名を修正したい値に設定し、表示されたデータを修正します。
- ② **修正** ボタンを押すと、修正された値が登録されます。

5. データの削除

5.1 マウス入力方式の場合

* 一度に全てのデータを削除することはできません

- ① 削除したい項目のボタンを押す。
- ② **Clear** ボタンを押すと数字がクリアされます。
- ③ データが入力されてない状態で、**入力** ボタンを押すデータを削除できます。

5.2 キーボード入力方式の場合

- ①入力済み日のデータ削除を行う場合は、登録日と利用者名を削除したい値に設定します。
- ② **削除** ボタンを押すと削除されます。

6. 認知症評価

* **認知症評価HP** ボタンを押すと、評価するホームページが開きます。

1人ではできませんので、誰かパートナーを探して実施ください。

実施結果の点数を入力欄に入れてください。

7. 登録データを見る場合は、**データ詳細を見る** ボタンを押すとエクセルシートを見ることができます。

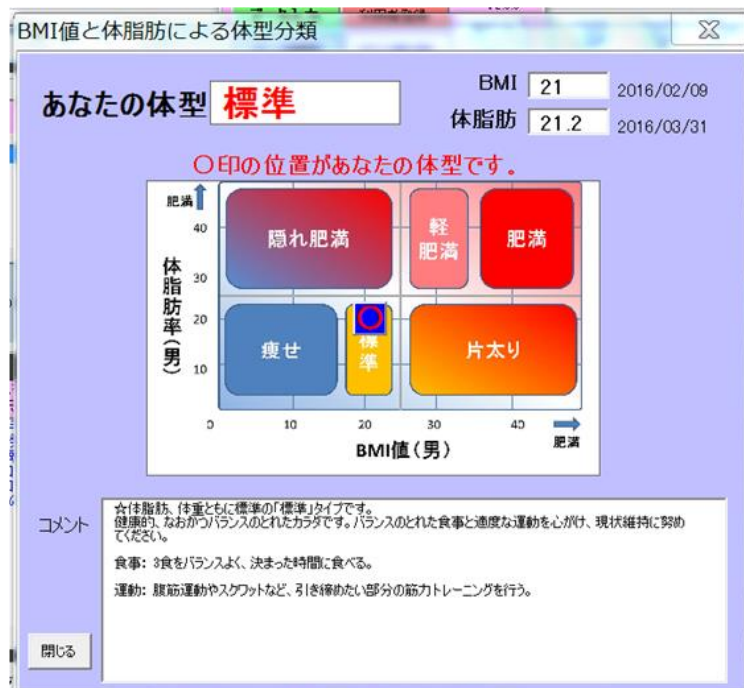
- ・**登録後に1日進め** ボタンをチェックすると、登録ボタンを押した後、登録日を1日進めます。
- ・**音を鳴らす** ボタンをチェックすると、データ入力を音で知らせてくれます。
- ・**最終入力日+1 日** ボタンをチェックすると、利用者を変更した時、最終データ日+1日に登録日を変更します。

6.1 項でデータ閲覧 ボタンを押すと下図のフォームが表示されます。



5. 体型評価

右上の **体型評価** ボタンを押すと下図の体型評価が表示されます。
コメントを参考に今後の健康管理に活用してください。



6. 複合グラフ

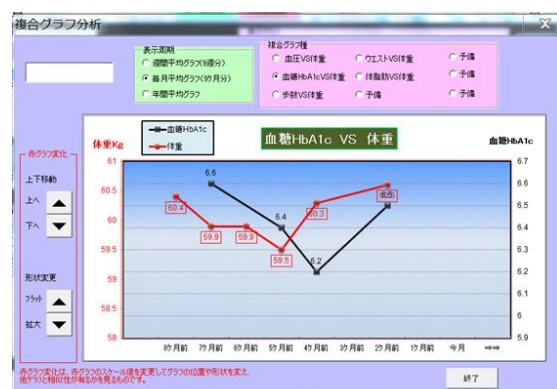
右上の **複合グラフ** ボタンを押すと、体重と他のグラフを同一画面に表示します。体重の変化が他の項目に影響しているかがわかります。グラフの形状が似ていれば影響しているので、体重管理を行ってください。

左側のスピンボタンを押すと、体重のゴルフの上下移動と拡大・フラット化が出来ますので、グラフの相似性がわかります。

＜初期表示グラフ＞



＜スピンボタンで体重グラフを変化＞



5. グラフ印刷

グラフ印刷 ボタンを押すと、表示グラフを印刷します。

なお、プレビュー表示にチェックがついている場合は、プレビュー画面を表示します。
印刷設定などを行い印刷します。

注意)印刷プレビュー画面では、閲覧フォームが閉じ、メインメニューの閲覧ボタンが「印刷プレビュー中」に変更されます。印刷が終了した後にボタンを押すと閲覧フォームに復帰します。

注意)印刷プレビュー画面では、メインメニューの操作はできなくなります(フォームを移動することもできません)。プレビュー関連のボタンで操作してください。

7. グラフ内の規格値(赤線)の変更方法

グラフ内に表示される、規格値(赤線)を変更することができます。

この規格値は、エクセルシートの”表紙”にある最大値・最小値を変更して設定します。

8. 体型評価

ボタンを押すと、BMIと体脂肪から体型判断を行います。

6.5 旧データの取り込み

メイン画面で**旧データ** ボタンを押すと、本ソフトの旧バージョンのデータが取り込めます。

<注意事項>

- ・同一のファイル名では取り込みできません。

同一名の場合は、本ソフトまたは、旧バージョンのソフトのファイル名を変更する。

- ・同一利用者が1件でもあると取り込みできません。

本ファイルの使用開始の最初に、旧バージョンのデータを取込みする。

- ・姉妹品の「バイタルマネージャー30」のデータは取込みしますが、データ内容が異なるため表示が異常になりますので、取込みしないでください。

7. 利用制限について

なし

8. 著作権

本ソフトウェアに関する著作権はすべて作者にあります。

9. 免責事項

- ・本ソフトウェアによって生じた如何なる不具合、損害において一切の責任を負いません。

各自の責任においてご利用ください。

- ・本ソフトに対するご質問におこたえできない場合があります。

- ・本ソフトの仕様はお客様に連絡なしに変更される場合があります。

10. 最後に

- ・本ソフトのバグ報告やご意見/ご要望などありましたら、下記へメールをお願いします。
メールアドレス: ra32748@fc4.so-net.ne.jp
- ・お客様からの報告に対して可能な限り改善していきたいと思っております。

以上

(履歴)

- ver.1.0.0:2015/07/26 :・リリース開始
- ver.1.1.0:2015/08/04 :・マウス入力の項目移動追加、バグ修正他
- ver.1.5.0:2015.08.20 マウスの操作性改善、8週グラフ追加、血糖食後 2Hの入力が骨密度に入力される異常などのバグ修正
- ver.2.0.0::2016.04.01 複合グラフ機能の追加、バグ修正など
- ver.2.5.0::2017.05.08 W10 で動作するように変更
- ver.2.5.1::2019.08.01 カレンダーアドインの置く場所変更
- ver.2.7.0::2020.05.10 カレンダーアドインを削除。wアップデートで動作しなくなるため