

# 協会けんぽウォーク



長野県PRキャラクター「アルクマ」

## 操作マニュアル



全国健康保険協会  
協会けんぽ  
長野支部



## 目次

1. ご利用の前に.....	3
2. ダウンロード.....	3
3. 初回起動.....	3
• プライバシーポリシーへの同意 .....	3
• アクセス許可 (iPhone のみ) .....	3
• 初期設定 .....	4
• 利用者情報を登録する .....	4
4. トップ画面 .....	5
• メニュー .....	6
• 体重を入力する .....	7
5. ランキング画面 .....	7
• ランキングが反映されるタイミング .....	8
6. 機種変更する.....	8
7. 留意事項.....	9

## 1. ご利用の前に

協会けんぽウォーク（以下、本アプリ）をご利用いただくためには事前に全国健康保険協会長野支部（以下、長野支部）に登録申請を行い、パスワードを発行する必要があります。

また、ご利用は下記のスマートフォンが対象になります。

- ・ Android  
Android4.1 以上
  
- ・ iPhone  
iOS8.0 以上 かつ iPhone5S 以上

## 2. ダウンロード

Android ご利用の方は GooglePlay、iPhone ご利用の方は AppStore で「協会けんぽ」で検索し「協会けんぽウォーク」をダウンロードし、インストールしてください。

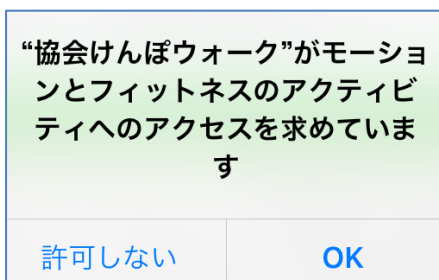
## 3. 初回起動

### ・ プライバシーポリシーへの同意

本アプリをインストール後、初めて起動したときプライバシーポリシーの同意画面が開きますので、画面最下部にある「同意し、アプリの利用を開始する」ボタンをタップしてください。

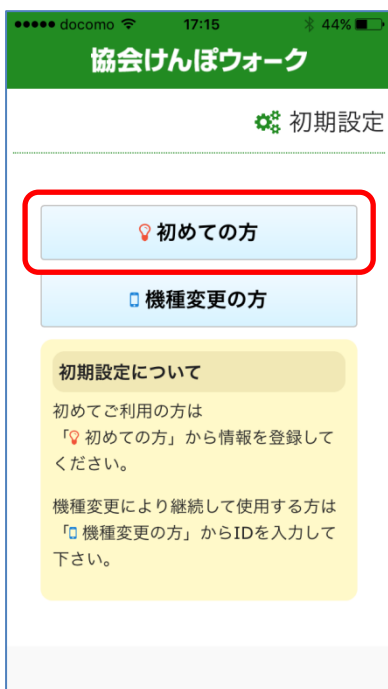
### ・ アクセス許可（iPhone のみ）

下記の画面が表示されたら「OK」ボタンをタップしてください。OK ボタンをタップしないと歩数が計測されません。あとから設定を変更したい場合は、iPhone の「設定」アプリで[プライバシー]-[モーションとフィットネス]-[協会けんぽウォーク]のチェックを変更してください。



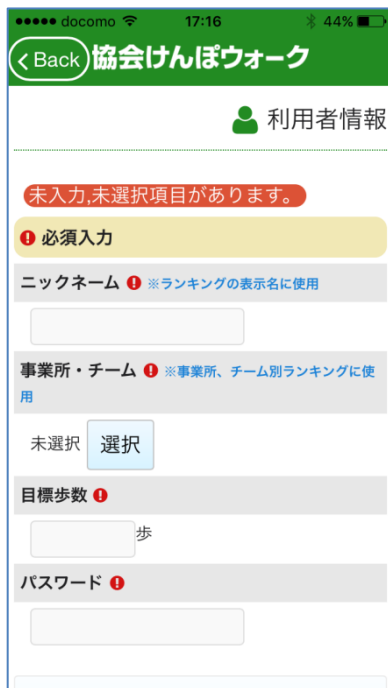
・初期設定

初めて本アプリを利用される場合は「初めての方」ボタンをタップしてください。以前利用していたデータを引き継ぎ利用する場合は「機種変更の方」をタップします。



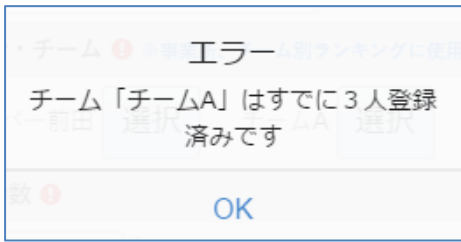
・利用者情報を登録する

ニックネームなど必要事項を入力し画面最下部の「登録」ボタンをタップします。



項目名	説明
ニックネーム	ランキングで使用します。必ず入力してください。
事業所	事前に申請した事業所を選択してください。事業所別のランキングで使用します。必ず選択してください。
チーム	事業所を選択するとチームが選択できるようになります。事前に申請したチームを選択してください。チーム別のランキングで使用します。必ず選択してください。
目標歩数	一日の目標歩数を入力してください。3000～20000 の範囲で入力してください。必ず入力してください。
パスワード	長野支部より通知されたパスワードを入力してください。

1 チーム 3 名まで登録可能ですが、登録時に既にそのチームに 3 名登録されている場合下記メッセージが表示されます。誤ってチーム名を登録したことなどの原因が考えられます。その際は利用者情報を変更することで修正が可能です。




正常に登録が完了するとトップ画面に遷移します。

#### 4. トップ画面

トップ画面では様々な情報を参照したり、体重を入力することができます。

アイコン	説明
	今日の歩数と目標歩数が表示されます。
	タップするとメニュー項目を表示します。詳細は後述します。
	タップすると体重を入力できます。今日の体重を入力してください。
	他の画面でこのアイコンをタップするとトップ画面に戻ることができます。
	タップするとランキング画面が開きます。
	タップするとカメラが起動します。
	タップするとイベントカレンダー画面が開きます。
	タップすると履歴画面が開きます。
	歩いた総歩数に応じて昇進していきます。

・メニュー

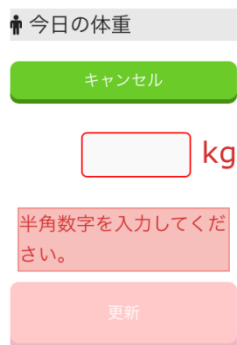
画面右上に表示される  アイコンから様々な画面を開くことができます。



項目名	説明
利用者情報	タップすると利用者情報登録画面が開きます。目標歩数を変更したり、登録情報を確認することができます。
ウォーキング履歴	タップするとウォーキング履歴画面が開きます。過去の歩数、および体重をグラフ表示することができます。
ランキング	タップするとランキング画面が開きます。個人／事業所／チームでのランキングが表示されます。
イベントカレンダー	タップするとイベントカレンダー画面が開きます。県内のウォーキングイベントなどの情報がカレンダー形式で表示されます。
お知らせ	タップするとお知らせ画面が開きます。長野支部からのお知らせが表示されます。
Q&A	タップすると Q&A 画面が開きます。よくあるお問い合わせが表示されます。
ミュージック	タップすると音楽を再生できます。
SNS 連携	タップすると今日の歩数、写真と共に SNS に連携できます。
このアプリについて	タップするとこのアプリに関する情報が表示されます。現在インストールされているアプリのバージョン／利用規約／プライバシーポリシー
端末変更処理	タップすると端末変更処理画面が開きます。機種変更する場合にデータを引き継ぐことができます。
アンケート	タップするとアンケート画面が開きます。ウォーキングラリー実施後に入力が可能になります。

・ 体重を入力する

トップ画面の「今日の体重」項目にある「変更する」ボタンをタップすると今日の体重を入力することができます。体重を入力し「更新」ボタンをタップしてください。



## 5. ランキング画面

個人／事業所／チームでのランキングが表示されます。個人ランキングはさらに全体／事業所内／チーム内でのランキングも表示可能です。



個人／事業所／チームのランキングをそれぞれ表示します。

全体／事業所内／チーム内での個人ランキングを表示します。

日／週／月／年度／累計での合計歩数と順位が表示されます。ランキングが作成されていない場合は「一歩（一位）」と表示されます。

月のランキングが上位 100 位まで表示されます。

・ ランキングが反映されるタイミング

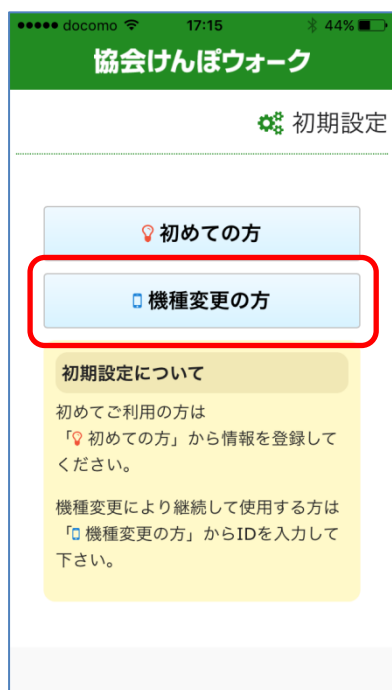
計測した歩数は、翌日以降本アプリを開いたときにサーバーへアップロードされます。サーバーではアップロードされた歩数から1時間おきにランキングを作成します。ご自身、および他の利用者がアプリを開くタイミングによってランキングは変化していきます。

## 6. 機種変更する

機種変更する場合、現在の履歴を引き継ぐことができます。メニュー画面から「端末変更処理」をタップし端末変更 ID とパスワードを発行し書き留めてください。

なお、その日の歩数は引き継がれませんのでご注意ください。

新しいスマートフォンに本アプリをインストール後、初期設定画面で「機種変更の方」を選択し、古いスマートフォンで発行した端末変更 ID とパスワードを入力してください。





## **7. 留意事項**

- ・スマートフォンのデータ通信費は、ご利用者様の負担となります。
- ・Android の場合、歩数を計測するためアプリを常に起動させておく必要があります。スマートフォンを再起動した場合など本アプリが終了したら、手動で起動させてください。
- ・Android の歩数計測はアプリが起動中になりますので、アプリをインストールする前よりバッテリーの消費が大きくなります。
- ・一日の歩数は翌日以降画面を開いたときにランキングに反映されます。ウォーキングラリー期間中は一日一回は画面を開くようにしてください。
- ・ウォーキングラリーが開始すると 8 月 31 日以前の歩数履歴はリセットになります。
- ・すべてのスマートフォンで、正常動作を保証するものではありません。

その他、ご不明な点やお問い合わせ等ございましたら、長野支部企画総務グループまでご連絡くださいますようお願いいたします。

(TEL : 026-238-1251)