

くるめ健康 **のび** **のび** ポイント

アプリ操作マニュアル



目次

1. インストールについて	P2
2. 初期設定について	
Android をご使用の方	P3～5
Google Fit のインストールがお済みでない方	P6～7
iPhone をご使用の方	P8～9
3. ホーム画面について	P10～11
4. アカウント設定	P12
5. 健康保険証情報	P13～P16
6. 記録機能について	P17～P19
7. グラフ機能について	P20
8. ランキング機能について	P21
グループランキング	P22～23
9. チャレンジ機能について	
チャレンジ	P24～25
バーチャルウォークコース	P26
リアルウォークコース	P27
グループ別ランキング	P28
イベント参加	P29～P30
10. ポイントについて	
ポイントページへのアクセス	P31
ポイント獲得方法	P32
ポイント履歴	P33
ポイント交換	P34～P36
11. 機種変更を行なう場合（引継ぎコード発行）	P37
12. ログインID・パスワードをお忘れの方	P38
13. お問い合わせ	P39
14. （補足）歩数が計測されないときは（Android）	P40
15. （補足）歩数が計測されないときは（iOS）	P41

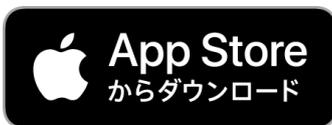
1. インストールについて

アプリのインストール

QRコードを読み取って
インストール！

or

App Store又はGoogle Play
より検索！



※Apple、Appleのロゴは、米国もしくはその他の国や地域におけるApple Inc.の商標です。App Storeは、Apple Inc.のサービスマークです。
※Google PlayおよびGoogle Playロゴは、Google LLCの商標です

インストール後の手続き

1



ホーム画面に、
アプリが表示されている
ことを確認しクリック

2



Android でのご参加の方は
3 ページ にお進みください



iPhone でのご参加の方は
8 ページ にお進みください

2. 初期設定について（Androidをご使用の方）

登録方法

※事前にGoogle Playにて、Google Fitのインストールをお願いします。
（P.6-7参照）

1



くるめ健康のびのびポイントを開きます。
Google Fitとの連携確認画面が
表示されたら「確認」を押します。



※ GoogleFitのインストールが
お済みでない方は上記のような
画面が表示されます。
P.6、7の設定をお願いします。

2



Google Fitが起動します。
ホーム画面が表示されていることを
確認し、くるめ健康のびのびポイント
に戻ります。

3



位置情報へのアクセス許可の
ダイアログが表示されたら
『許可』を押します。

4



ご利用のGoogle Fitアカウントを
選択します。
※アカウントが同一でないと
歩数が連携されません。

2. 初期設定について（Androidをご使用の方）

登録方法

5



「権限の付与（1/2）」が表示されたら『許可』を押します。

6



「権限の付与（2/2）」が表示されたら『許可』を押します。

7



選択内容の確認画面が表示されたら、チェックがついていることを確認し『許可』を押します。

8



Google Fitとの連携が完了したら、トップ画面で『新規登録』を押します。

2. 初期設定について（Androidをご使用の方）

登録方法

9



くるめ健康のびのびポイントのチュートリアル画面が表示されます。内容を確認後、「次へ」を数度押しで登録へ進みます。

10

各個人の情報を入力したうえで、利用規約を確認し、「同意して次へ進む」を押します。

11

入力内容を確認したのち、「登録してアプリを始める」を押します。

12



ホーム画面に遷移して、登録完了です。

2. 初期設定について (Google Fitのインストールがお済みでない方)

Google Fit インストール方法

※ くるめ健康のびのびポイントをご利用するには、
Google Fitのインストールが必要です。

1



Google Fitを開き、利用するアカウントを選択し『続行』を押します。
※ここで選択したアカウントは、くるめ健康のびのびポイントでも利用するので忘れないようにお願いします。

2



基本情報を登録します。
性別、生年月日、体重、身長を入力し『次へ』を押します。
※必ず登録する必要はありません。

3



運動量の自動記録について『もっと見る』⇒『オンにする』を押します。

4



位置情報の使用を『ONにする』を押します。

2. 初期設定について (Google Fitのインストールがお済みでない方)

Google Fit インストール方法

5



位置情報のアクセス許可のダイアログが表示されたら『許可』を押します。

6



健康の管理に役立つ2つの目標の登録へ進みます。『スキップ』を押します。

7



ホーム画面に遷移して、Google Fitの登録が完了です。

2. 初期設定について (iPhoneをご使用の方)

登録方法

※くるめ健康のびのびポイントを利用するにはヘルスケアが必要となります。
(ヘルスケアはiPhoneに標準でインストールしているアプリです。)

1



インストールが完了したら、
トップ画面で『新規登録』を押します。

2



くるめ健康のびのびポイントのチュートリアル画面が
表示されます。内容を確認後、「次へ」を数度押し
て登録へ進みます。

3

各個人の情報を入力したうえで、利用規約を確認し、「同意して次へ進む」を押します。

4

入力内容を確認したのち、「登録してアプリを始める」を押します。

2. 初期設定について (iPhoneをご使用の方)

登録方法

5



次に「ヘルスケア」の『設定』を押します。

6



ウォーキング+ランニングの距離、歩数を『ON』にし、右上の『許可』を押します。

7



⑤、⑥の設定が完了したら画面下の『OK』を押します。

8



通知送信ダイアログが表示されたら『許可』を押し、登録が完了です。
※歩数連携は通信状態や機種によって遅くなることがあります。

3. ホーム画面について



● 本日の歩数

● 目標達成率

● 消費カロリー
本日の消費カロリー
(kcal)

● 目標歩数達成日数

● ポイント
総保有ポイント数

● メニュー

- ・お知らせ
- ・はじめに
- ・ポイント
- ・アカウント設定
- ・健康保険証情報
- ・引継ぎコード発行
- ・アンケート
- ・よくある質問
- ・お問い合わせ
- ・利用規約

● 本日の距離
(km)

● 本日のランキング

● お知らせ

久留米市からの
お知らせを表示

● ボトムナビゲーション

- ・記録 (p17-p19)
- ・グラフ (p20)
- ・ホーム (本画面)
- ・ランキング (p21-p23)
- ・チャレンジ (p24-p30)

3. ホーム画面について

目標歩数達成メッセージ



目標歩数を達成すると、くるっぱのイラストとメッセージが表示されます。

歩数カレンダー



アカウント設定で登録した目標歩数と最低ライン歩数に応じて、
①目標歩数以上（青）
②目標歩数未満・最低ライン歩数以上（緑）
③最低ライン歩数以下（黄）
の3つに色分けされます。

また、月の目標達成日数や平均歩数、カレンダーの日にちをタップすると、過去の歩数を見ることができます。左右にスライドすることで月を変更することができます。

4. アカウント設定

ご登録情報の確認/登録・変更

アカウント設定からニックネーム、目標歩数を変更することが可能です。
※すでに登録されている名前は、使用することができません。ご了承ください。

1 **2** **3** **4**

タップ

タップ

入力後、「登録」ボタンを押す

アカウント設定

ニックネーム (必須)
※ランキングで公開されます。

保険区分 (任意)
※公開されません。

居住校区 (必須)
※公開されません。

生年月日 (任意)
※公開されません。

性別 (任意)
※ランキングに利用されます。

身長 (任意)
※BMI・消費カロリー計算に利用されます。

目標体重 (任意)
※公開されません。

目標歩数 (必須)
※公開されません。ホームの目標達成日数に表示されます。

登録

5. 健康保険証情報(新規登録) ※任意

健康保険証情報の登録

保険区分が「久留米市国民健康保険」の方には、今後の久留米市保健事業に活用するため、健康保険証の登録をお願いしております。

※健康保険証の個人情報が公開されることはありません。



5. 健康保険証情報(新規登録) ※任意

健康保険証情報の登録

保険区分が「久留米市国民健康保険」の方には、今後の久留米市保健事業に活用するため、健康保険証の登録をお願いしております。

※健康保険証の個人情報が公開されることはありません。

4

健康保険証新規登録

▶ 保険者区分
久留米市国民健康保険

▶ 記号

▶ 番号

▶ 氏名

▶ 生年月日
1993年 4月 20日

▶ 性別
女性 男性

登録

5

健康保険証新規登録

▶ 保険者区分
久留米市国民健康保険

▶ 記号
1234567

▶ 番号
12

▶ 氏名
久留米花子

▶ 生年月日
1993年 4月 20日

▶ 性別
女性 男性

登録

タップ

全6項目の
入力が
必須となります

6

健康保険証新規登録

▶ 保険者区分
久留米市国民健康保険

▶ 記号

▶ 番号

▶ 氏名

▶ 生年月日
1993年 4月 20日

▶ 性別
女性 男性

登録

健康保険証情報を登録完了後、
健康保険証情報画面へ遷移します。
しばらくお待ちください。

7

健康保険証情報

本機能は、保険区分が「久留米市国民健康保険」の方のみが対象となります。他の保険区分の方はご利用できません。予めご了承ください。

新規登録

登録情報の確認・修正

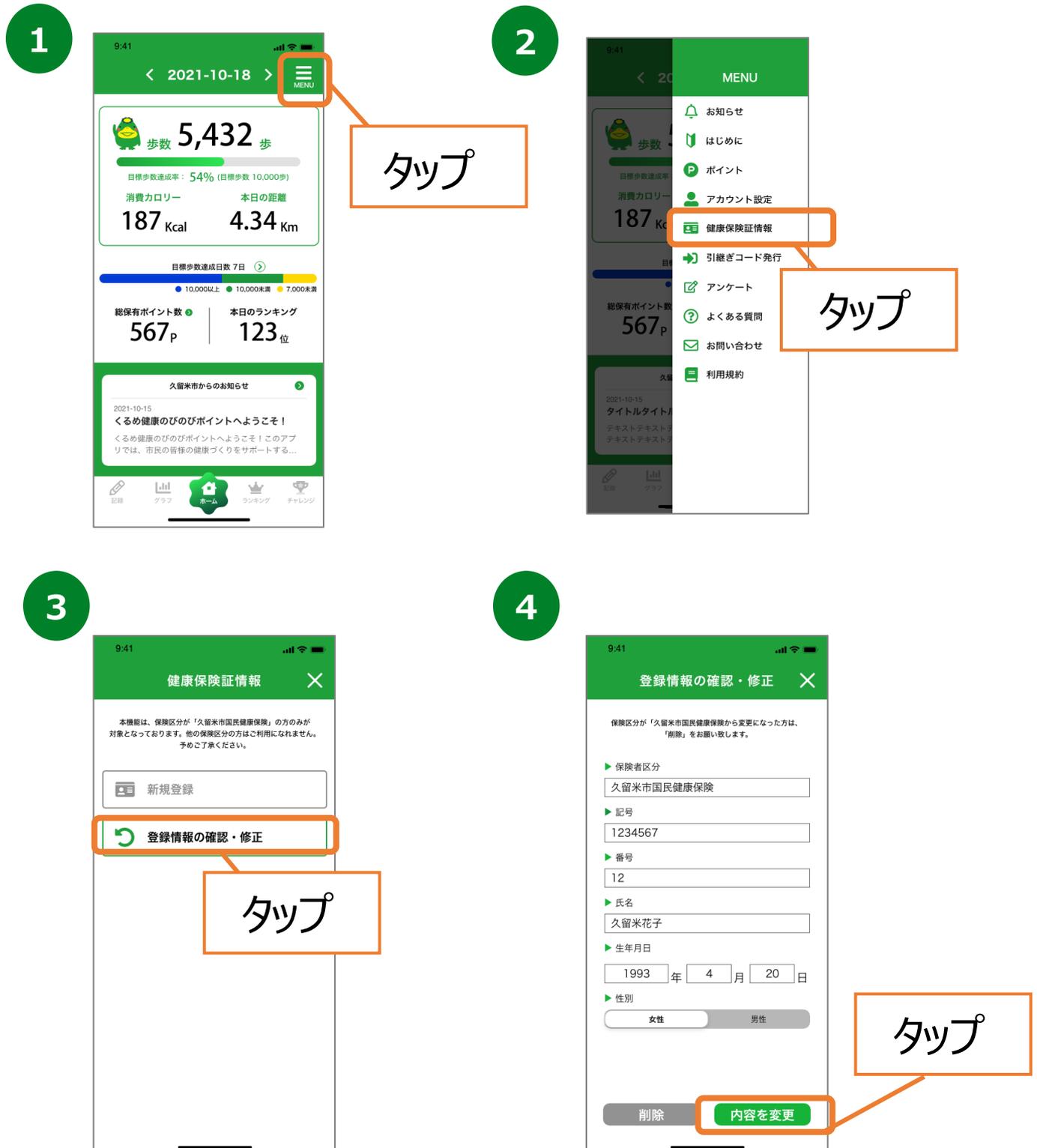
保険証情報トップ画面に戻り登録が完了となります。

5. 健康保険証情報（登録情報の修正）

健康保険証情報の修正

保険区分が「久留米市国民健康保険」の方には、今後の久留米市保健事業に活用するため、健康保険証の登録をお願いしております。

※健康保険証の個人情報が公開されることはありません。



5. 健康保険証情報（登録情報の修正）

健康保険証情報の修正

保険区分が「久留米市国民健康保険」の方には、今後の久留米市保健事業に活用するため、健康保険証の登録をお願いしております。

※健康保険証の個人情報が公開されることはありません。

5

健康保険証新規登録

▶ 保険者区分
久留米市国民健康保険

▶ 記号
1234567

▶ 番号
12

▶ 氏名
久留米花子

▶ 生年月日
1993年 4月 20日

▶ 性別
女性 男性

登録

6

健康保険証新規登録

▶ 保険者区分
久留米市国民健康保険

▶ 記号
1234567

▶ 番号
12

▶ 氏名
久留米花子

▶ 生年月日
1993年 4月 20日

▶ 性別
女性 男性

健康保険証情報の更新完了後、
健康保険証情報画面へ遷移します。
しばらくお待ちください。

登録

タップ

※保険者区分を「その他」に選択している方は、登録することができません。

7

健康保険証情報

本機能は、保険区分が「久留米市国民健康保険」の方のみが対象となっております。他の保険区分の方はご利用になれません。予めご了承ください。

新規登録

登録情報の確認・修正

保険証情報トップ画面に戻り修正が完了となります。

6. 記録機能について（体重）

体重を記録する

過去1週間分の体重記録を入力することが可能です。

1



2



3



4



6. 記録機能について（血圧）

血圧を記録する

過去1週間分の血圧記録を入力することが可能です。

1



2



3



4

血圧を
入力したら
タップ



6. 記録機能について（健診・検診記録）

健診・検診を記録する

今年度に受診した健(検)診記録を入力することが可能です。

1



2



3



4



健(検)診
記録を
入力したら
タップ

7. グラフ機能について

グラフの確認

「歩数」「距離」「消費カロリー」「体重」「血圧」の履歴をグラフで確認することができます。「歩数」のグラフでは、「目標歩数」の目安も併せて表示しております。

1



2



タップして、
表示したい月まで
移動

3



タップして、
表示したい項目まで移動
歩数、距離、消費カロリー
体重、血圧のグラフを
確認することができます。