

STEP 1 アプリをダウンロードしましょう



1) 「あるこう！かざすくん」アプリをご利用になる前に、
iPhoneの場合はApple公式アプリ「ヘルスケア」が必要になりますので、
インストールされているかご確認ください。
Androidの場合は別途2つのアプリが必要になりますので、こちらの資料の
5ページ目より後ろの別紙を事前に参照・実施してください。

2) QRコードから専用アプリのダウンロード画面を開くことができます。
ダウンロードページからiPhoneは『AppStoreからダウンロード』、
Androidは『GooglePlayで手に入れよう』の画像を選択してください。

【アプリダウンロードページのURL】

<https://kaminoyama-health-point.com/app.html>

※ QRコードが読めない場合は、iPhoneは「App Store」から、Androidは
「Google Playストア」から『あるこう！かざすくん』を検索してください。

※ 対応するスマートフォン：iPhone：iOS 15.0 以上 Android：12 以上

※このマニュアルでの画像は、実際とは異なる場合があります。予めご了承ください。

STEP 2 アプリにログインしよう

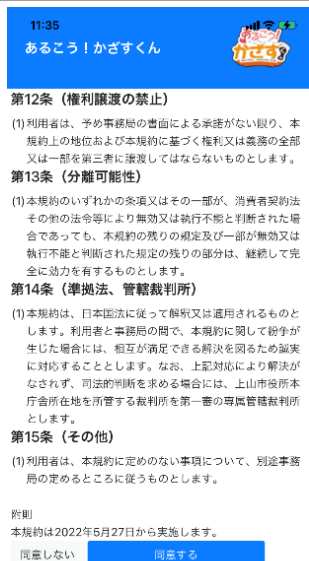


初めてアプリを開く際は、一定時間後にログイン画面に遷移します。
ログイン画面では、STEP1～STEP4まで上から順番に選択する
必要があります。また、ログイン方法については、YouTube動画が
あがっているので、詳しくはそちらを参照してください。

<YouTubeのURLとQRコード>
<https://youtu.be/qKzanhUR3GY>



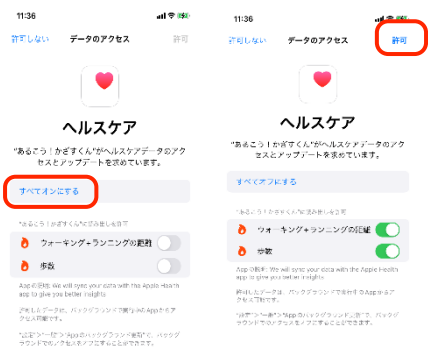
1) STEP1のボックスをタッチすると、市町村を選べるので、
『上山市』を選択してください。



2) STEP2のボックスをタッチすると、利用規約が表示されるので、
最後までスクロールして、『同意する』ボタンを選択してください。

3-1) ヘルスケアを連携 (iPhoneの場合)

STEP3のボックスをタッチすると、左のようなヘルスケア画面に遷移するので、すべて『オンにする』を選択して、『許可』を選択してください。



3-2) ヘルスケアを連携 (Androidの場合)

STEP3のボックスをタッチすると、左のような連携画面が表示されるので、『許可』を選択する。



4) STEP4では、ログインIDには事前に渡された『管理番号』、パスワードには『生年月日』を入力して、入力完了後『ログイン』ボタンを選択してください。

例) 管理番号 : 221999 等 (すべて入力してください)
ご自身の管理番号は、市から提供された管理番号をご確認ください。

例) パスワード : 1981年8月1日 → 19810801 (半角数字8桁)

5) ログイン後、『あるこう!かざすくんは通知を送信します』というポップアップが出てきた場合は『許可』を選択してください



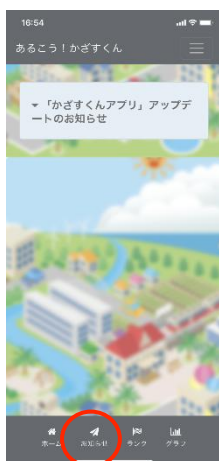
STEP 3 アプリを使いましょう



- 1) アプリを起動すると円グラフの中心に「表示日の総歩数」が表示されます。
- 2) 赤いグラフの部分では「表示日のアクティブ歩数」が表示され、青いグラフの部分では「表示日の総歩数」が表示されます。
- 3) 円グラフは1周すると、年齢別の歩数ならびにアクティブ歩数による、基準が達成されたので、かざすくん端末にかざした際に、ポイント獲得となります。

※アクティブ歩数の目安は「3メッツ=普通歩行」以上の速度で歩いた歩数です。

このアプリでは、歩行距離、歩行時間により算出しています。このため、移動の少ない歩行状態やスマートフォンのセンサーの感度により、多少の誤差が生じる場合があります。



- 4) お知らせのページです。イベントや健康に関する情報が配信されます。



- 5) ランキングが表示されます。
ランキングの集計は前日の歩数と週間・月間・年間の**平均歩数**で行われます。

週間のランキングは前日までのデータに基づく順位が表示されます。なお、月曜日にランキングを確認した場合は先週1週間の順位が表示されます。
月間のランキングは前日までの月間データに基づく順位が表示されます。今月の順位は2日以降に表示されます。
年間のランキングは今年度の順位が表示されます。4月1日に確認した場合は前年度の順位が表示されます。
また、このアプリは、当日と過去14日分のデータしか送信できません。こまめにデータ送信してください。



- 6) グラフページでは、毎日・週間・月間・年間の平均歩数を表示します。

各棒グラフをタッチすると歩数の詳細が表示されます。
赤い目標破線は年齢別の目標歩数表に基づき表示されます。

※画面に表示される歩数は、かざすくん端末で送信された歩数となります。
かざすくん端末で送信していない場合、グラフは表示されません。

STEP 4 歩数を送信してポイントを獲得しましょう



1) 歩数を送信する際はホームの画面から行います。

※歩数を送信する方法は『QRコードによる送信』となります。



2) 「あるこう! かざすくん」に記載されているQRコードを読み込むには、『かざして送信』のボタンを押します。

3) 『カメラへのアクセスを求めています』と表示されましたら、『OK』ボタンを押してください。

※『許可しない』を押しますと、かざして送信ができなくなります。



4) カメラが起動しますので、かざすくん送信端末の「スマホアプリをかざす方はこちらへ」のQRコードにカメラを合わせてください。



※このQRコードはイメージ画像で実際とは異なります



5) 送信が完了したら、「あるこう! かざすくん」に歩数グラフ等が表示されます。

【かみのやま健康ポイントに関するお問合せ】

上山市役所 健康推進課 健康増進係

TEL : 023-672-1111 内線 : 164

FAX : 023-672-1112

MAIL : kenkopoint@city.kaminoyama.yamagata.jp

〒999-3192 山形県上山市河崎一丁目1番10号



【別紙 Android スマートフォンユーザー向け】

「あるこう！かざすくん」をインストールする前の事前準備



Android版「あるこう！かざすくん」について

Android版「あるこう！かざすくん」では、図の流れで歩数のデータを取得しています。ユーザーの方々にはお手数をおかけしますが、アプリをご利用いただくため、いくつか事前準備のご協力をお願いいたします。



【1】ヘルスコネクのインストール

こちらはかざすくんアプリとヘルスコネクを連携していない方が対象となります。
※連携済みの方は【3】へ進んでください。

【1-1】

下記QRコードよりGoogle Play ストアのヘルスコネクページに移動してください。
※右の画像がヘルスコネクページの画面。

QRコードが読めない方はGoogle Play ストアを開いて「ヘルスコネク」で検索してください。



【1-2】インストールされているかの確認

「A. インストールされていない状態」の場合は、インストールをしてください。
「B. インストールされている状態」の場合は手順【1-3】にスキップしてください。

A. インストールされていない状態



B. インストールされている状態



【1-3】

右上の画像の開くボタンを押して、ヘルスコネクトを開いてください。
下の画像の状態になった場合は、「使ってみる」ボタンを押してください。
別の画面になった場合は、ヘルスコネクトインストール作業完了です。

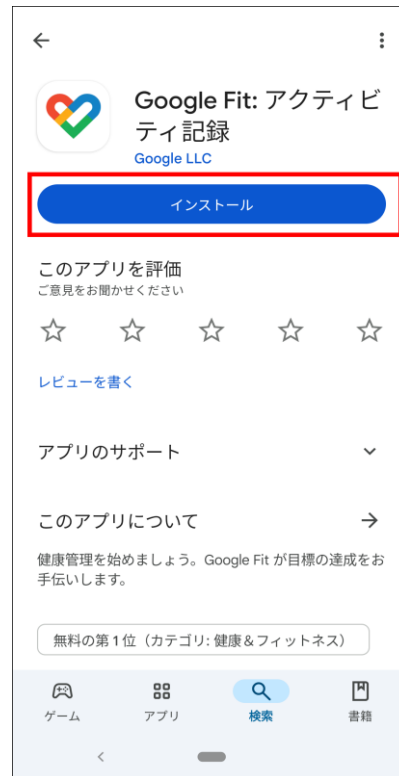


【2】 Google Fitのインストール

【2-1】

下記QRコードよりGoogle Play ストアのGoogle Fitページに移動してください。
※右の画像がGoogle Fitページの画面。

QRコードが読めない方はGoogle Play ストアを開いて「Google Fit」で検索してください。



【2-2】 インストールされているかの確認

「A. インストールされていない状態」の場合は、インストールをしてください。
「B. インストールされている状態」の場合は手順【2-3】にスキップしてください。

A. インストールされていない状態

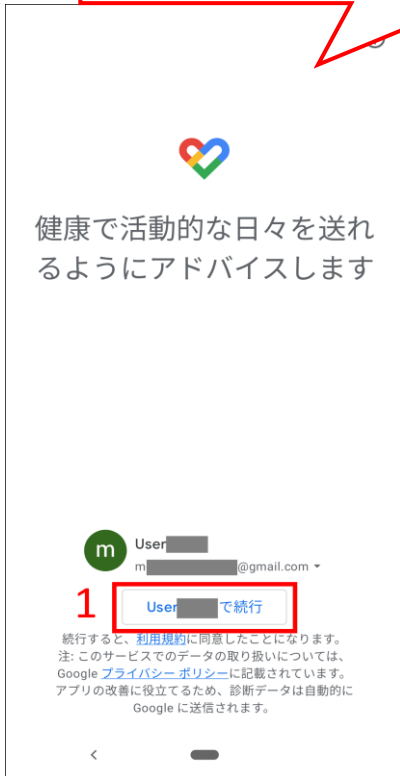
B. インストールされている状態



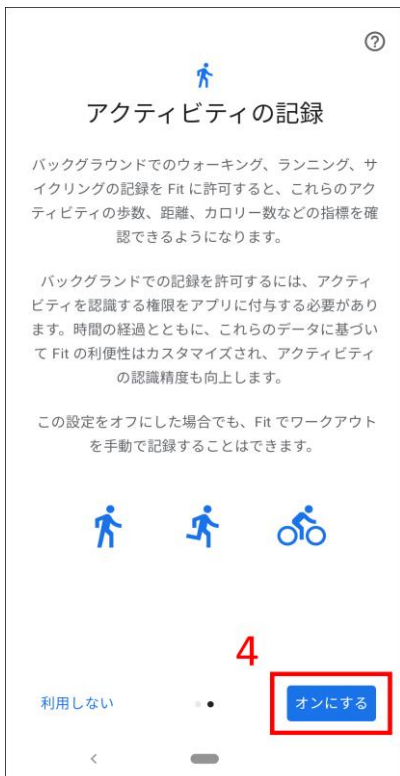
【2-3】

インストール後、開くボタンを押して、Google Fitを開き、下記の順番で画面を進めてください。

過去に設定が済んでいる場合は表示がされません。その際は【2-4】までスキップ



ご自身の情報を入力してください。



次のページに続きます

【2-4】

下記の順番で画面を進めてください。



ボタンが画像「左（オフ）」の状態ではなく「右（オン）」になっている場合は設定済です。
手順【3-1】にスキップしてください。

次のページへ



【3】ヘルスコネクとGoogle Fitが既に連携済みの場合

こちらは本マニュアルをお読みになる前からヘルスコネクとGoogle Fitの連携を行っていた方のみ必要な作業になります。それ以外の方については、事前準備は以上となります。

【3-1】

下記QRコードよりGoogle Play ストアのヘルスコネクページに移動して、ヘルスコネクを開いてください。
※右の画像がヘルスコネクページの画面。

QRコードが読めない方はGoogle Play ストアを開いて「ヘルスコネク」で検索してください。



↓ 次のページへ

【3-2】

下記の順番で画面を進めてください。



ボタンが画像「左（オフ）」の状態になっている場合はタップして「右（オン）」にしてください。
※既にオンになっている場合はそのまま大丈夫です。

設定は以上で終了になります。