



スタートアップガイド
マニュアル

もくじ

ご利用になる前に	2
1 スマートフォンアプリの設定方法		
1 - 1 iPhone(iOS)の場合	3
1 - 2 Androidの場合	13
2 主な画面の機能～各種アイコン～	24
3 主な画面の機能～けんこう～	26
3 - 1 今日のメッセージ	27
3 - 2 判定結果	28
3 - 3 ミッション	29
3 - 4 マイグラフ	33
4 主な画面の機能～ウォーキング～	34
5 主な画面の機能～みまもり～		
5 - 1 みまもり機能の各種アイコンの説明	35
5 - 2 みまもり機能 支援者の追加 ～家族・友人を追加する場合～	37
5 - 3 みまもり機能 支援者・要支援者の表示	46
5 - 4 みまもり機能 支援者への通知	47
5 - 5 みまもり機能 支援者・要支援者の管理	48
5 - 6 イベントの表示や検索	50
6 主な画面の機能～ポイント～	52
7 主な画面の機能～マイページ～	54
8 ご利用上の注意	57

ご利用になる前に

1. ご利用になるスマートフォンのOSが対応されていることをご確認ください

動作対象OS iOS **14** 以上、Android **8** 以上 (2022年9月時点)

2. 健康マイレージプラスの利用について

健康マイレージプラスのアプリをご利用いただくには、「健康マイレージ」アプリと、「健康マイレージプラス」アプリと2つのアプリが必要で、先に「健康マイレージ」アプリで参加者登録していただく必要があります。

「健康マイレージ」のアプリのダウンロードや参加者登録の方法については、下記のマニュアルをご確認ください。

「健康マイレージ」のアプリにログインしてから、次のページにお進みください。

https://kenko-mileage.jp/assets/img/manual/manual_sp-app.pdf

1

スマートフォンアプリの設定方法

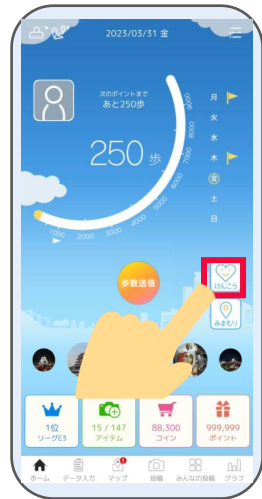
iPhoneの場合はこのページから、Androidの場合は13ページからご確認ください。

1-1 iPhone(iOS)の場合

「健康マイレージ」アプリのホーム画面にある、「けんこう」のボタンもしくは「みまもり」のボタンから「健康マイレージプラス」をダウンロードすることが出来ます。

「けんこう」の
ボタンを押した場合

1

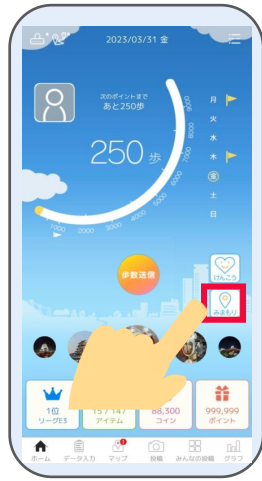


2



「みまもり」の
ボタンを押した場合

1



2



3

アプリダウンロードページが開かれたら、「入手」を押して、ダウンロードします。



iPhone

4

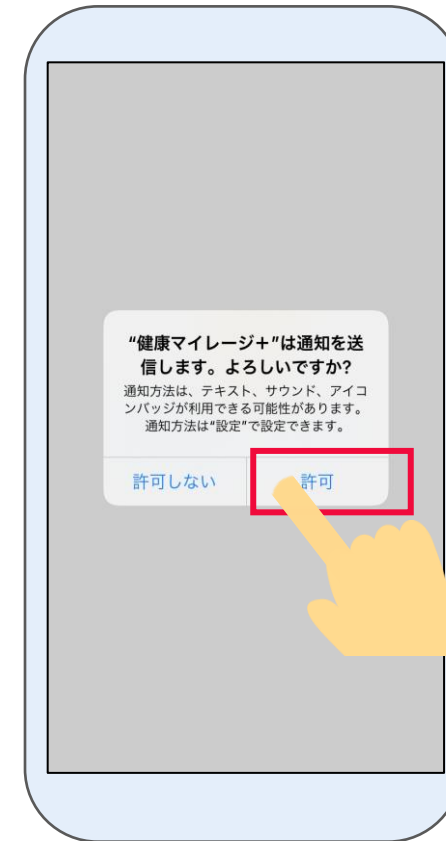
ダウンロードが完了したら、「開く」を押して「健康マイレージプラス」アプリを起動します。



iPhone

5

アプリのプッシュ通知を許可するかどうかを設定します。



iPhone

※App Storeの都合によって

「入手」は表記変更される場合があります。

6

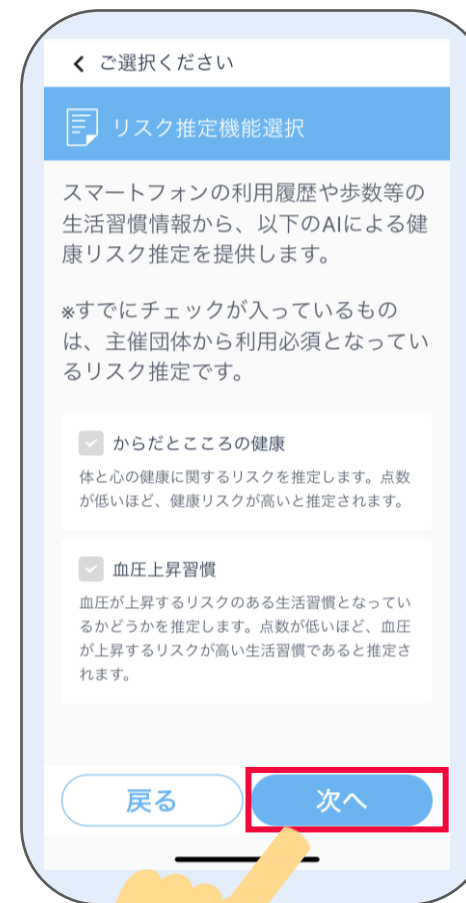
説明ページが表示されます。
「次へ」を押します。



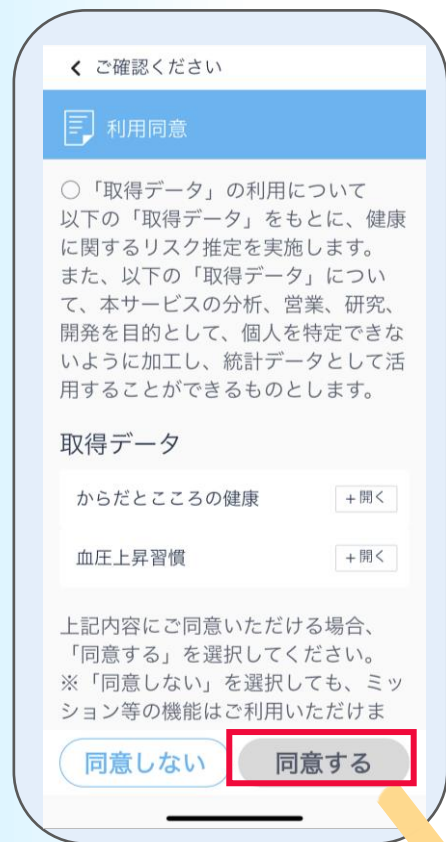
iPhone

7

リスク推定機能選択画面が表示されます。
「次へ」を押します。



8 利用同意の内容を最後まで確認し、
「**同意する**」を押します。



iPhone



9 ヘルスケアデータへのアクセスについて
すべてオンにするを押した後、
右上の「**許可**」を押します。



iPhone



iPhone



iPhone

10

位置情報の使用について、「Appの使用中は許可」

設定をします。

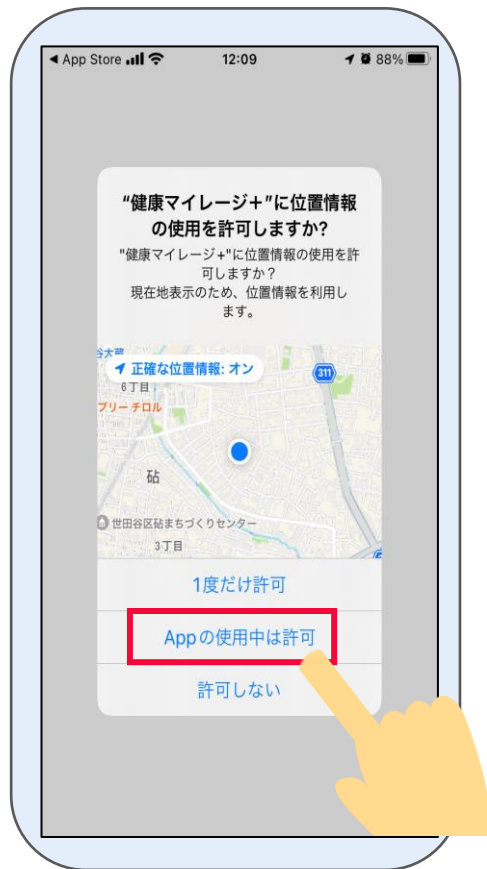
「次へ」を押します。



iPhone

「Appの使用中は許可」

を押します。



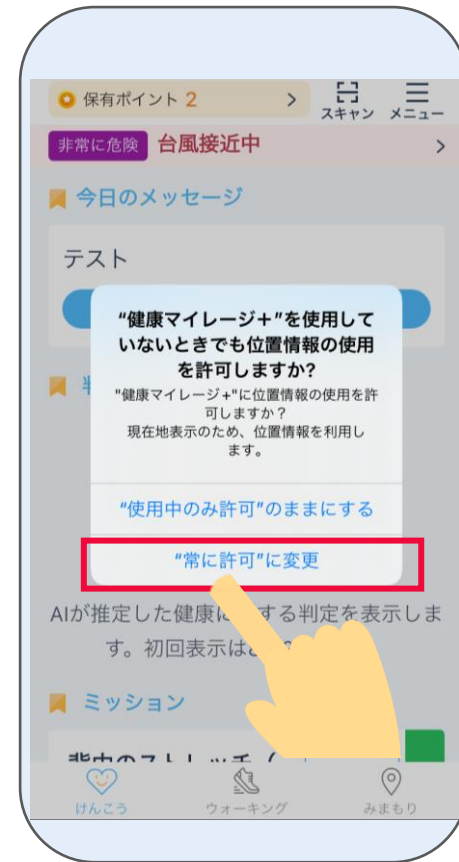
iPhone

「はい」を押します。



iPhone

「常に許可」に変更を押します。



iPhone

11

以下の画面に表示されている手順通りに、「ヘルスケア」アプリで睡眠スケジュールを設定してから、以下の画面に戻って「はい」を押します。

※睡眠スケジュールを設定しないと、健康に関するリスク推定機能が正しく判定されませんので、設定してください。

※「ヘルスケア」アプリに前日の睡眠データがある場合は、本画面は表示されません。



iPhone

12

ホーム画面が表示されたら

「けんこう」機能の初期設定は完了です。

次に「みまもり」機能の設定をします。

ホーム画面の右下の「みまもり」を押します。



iPhone

13

説明ページが表示されます。「次へ」を押します。



iPhone



iPhone



iPhone

14

説明ページが表示されます。

「**次へ**」を押したあと「**使用開始**」を押します。



iPhone



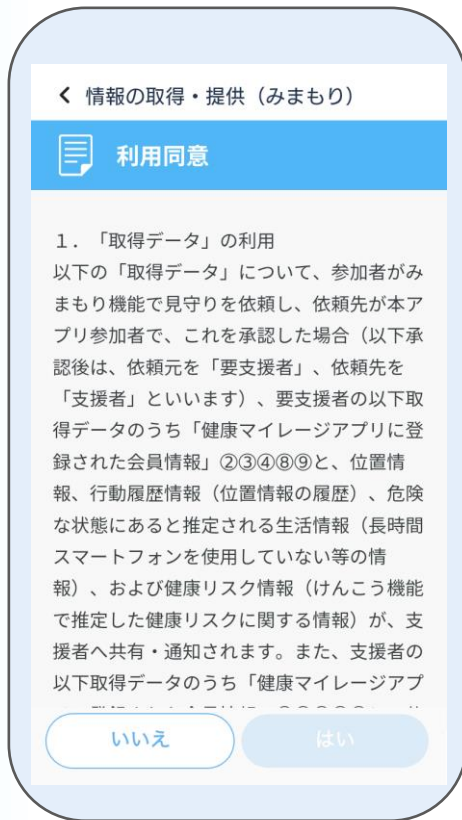
iPhone



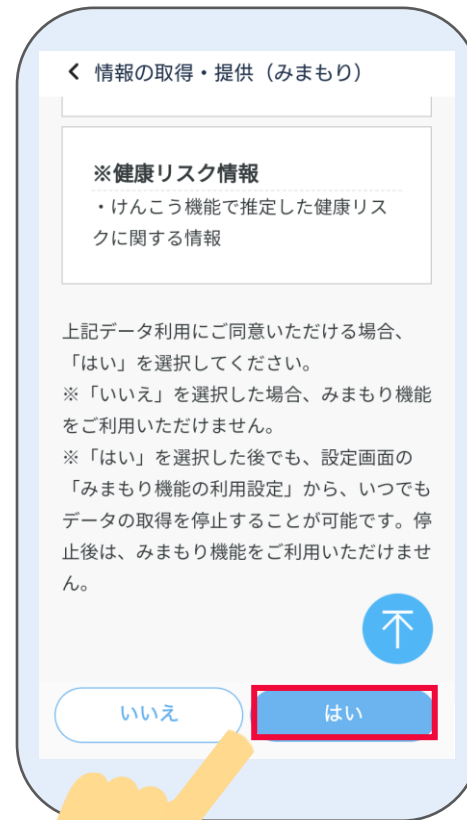
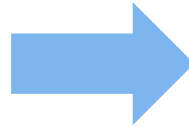
iPhone

15

利用同意の内容を最後まで確認し、「はい」を押します。



iPhone



iPhone

16 現在の位置情報の利用設定を行います。

「OK」を押します。

※「許可しない」を選択すると
見守り機能が無効になります



iPhone

17

ホーム画面が表示されたら

「みまもり」機能の初期設定は完了です！
→主な画面機能の説明はP35から
ご確認ください。



iPhone

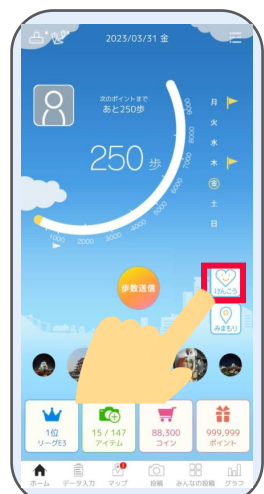
Androidの場合はこのページから、iPhoneの場合は3ページからご確認ください。

1-2 Androidの場合

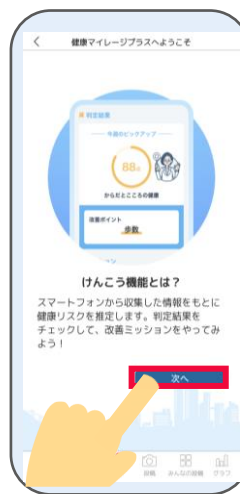
「健康マイレージ」アプリのホーム画面にある、「けんこう」のボタンもしくは「みまもり」のボタンから「健康マイレージプラス」をダウンロードすることができます。

「けんこう」の
ボタンを押した場合

1

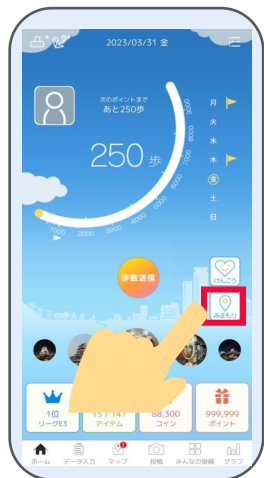


2



「みまもり」の
ボタンを押した場合

1



2



3 Playストアのアプリのインストールページが開かれたら、「インストール」を押して、インストールします。



Android

4 ダウンロードが完了したら、「開く」を押して「健康マイレージプラス」アプリを起動します。



Android

※Playストアの都合によって「インストール」は表記変更される場合があります。

5

説明ページが表示されます。

「次へ」を押します。

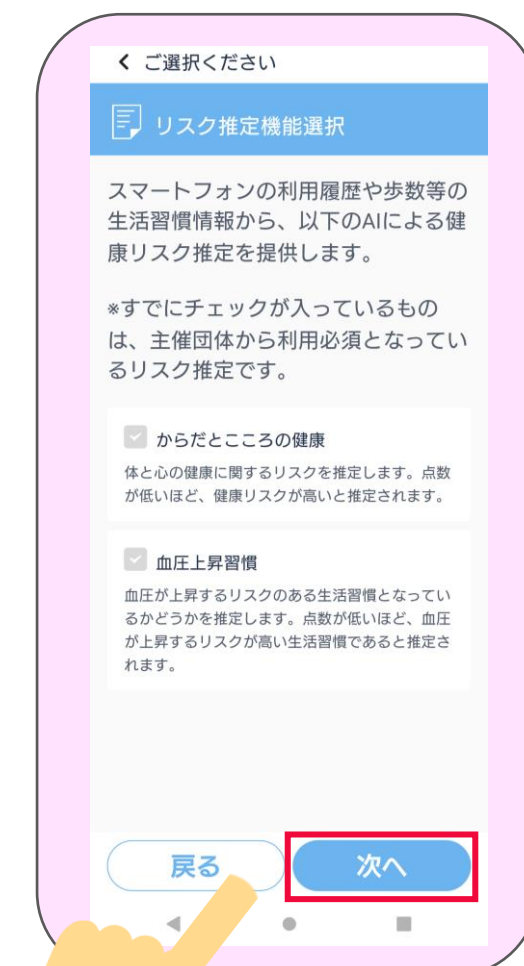


Android

6

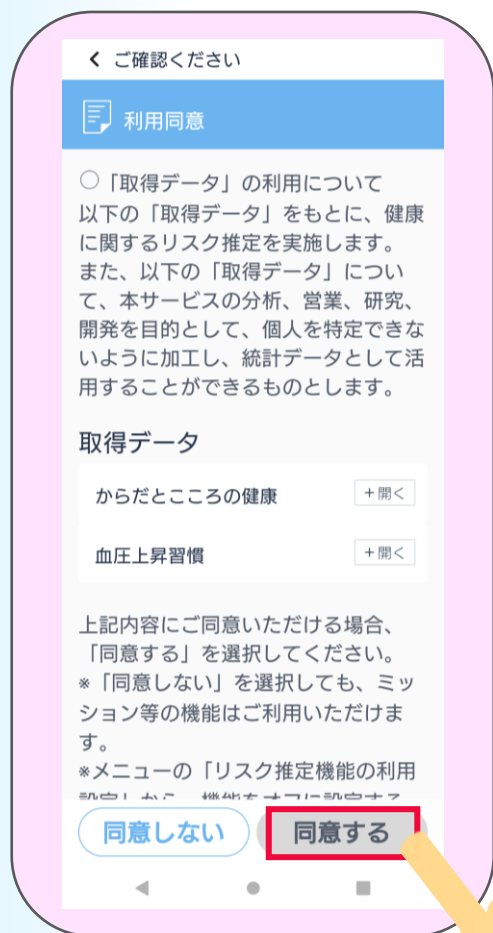
リスク推定機能選択画面が表示されます。

「次へ」を押します。



Android

7 利用規約を最後まで読み、「同意する」を押します。



Android



8 位置情報の使用について、設定をします。

「はい」を押します。



Android

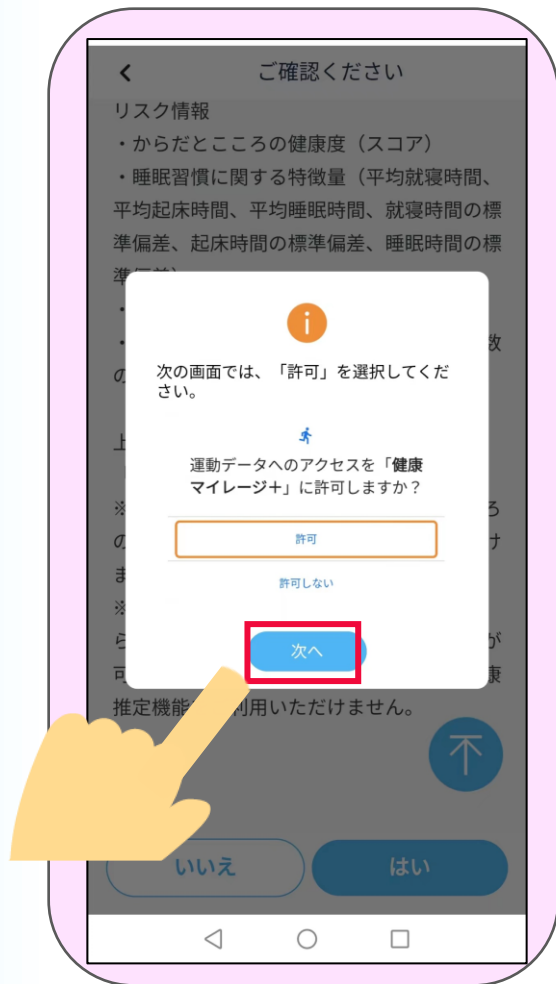
9 「アプリの使用時のみ許可」を押します。



Android

10 身体活動データへのアクセスについて、 「許可」を押します。

※Android8は表示されません。



Android



Android

11 「リスクの健康推定機能」を利用するために、 「使用状況へのアクセスを有効」にします。

「戻る」ボタンで
「健康マイレージプラス」
アプリの画面に戻ります。

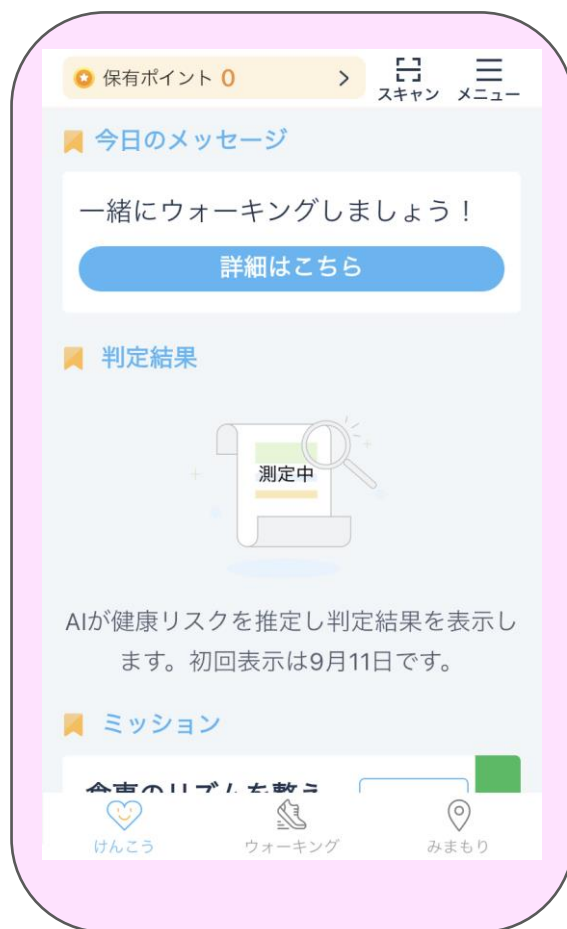


12

ホーム画面が表示されたら

「**けんこう**」機能の初期設定は完了です。

次に「**みまもり**」機能の設定をします。次のページにお進みください。



Android

13

みまもり機能の設定を行います。

ホーム画面の右下の

「みまもり」を押します。



Android



14

説明ページが表示されます。「次へ」を押します。



Android



Android



Android

15

説明ページが表示されます。

「**次へ**」を押したあと「**使用開始**」を押します。



Android



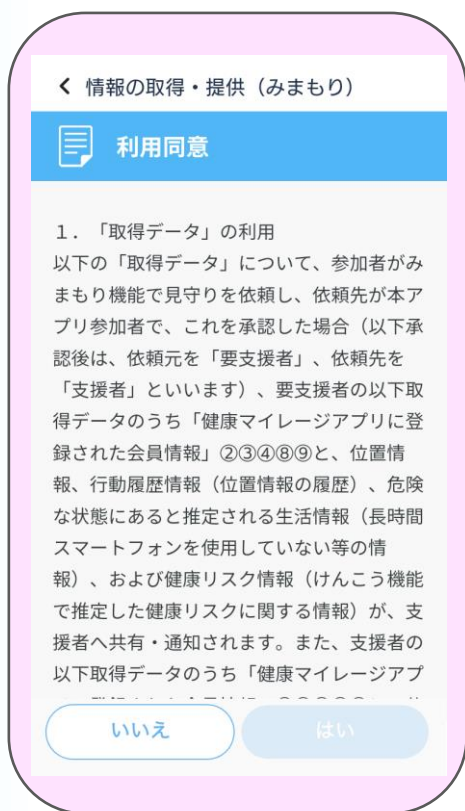
Android



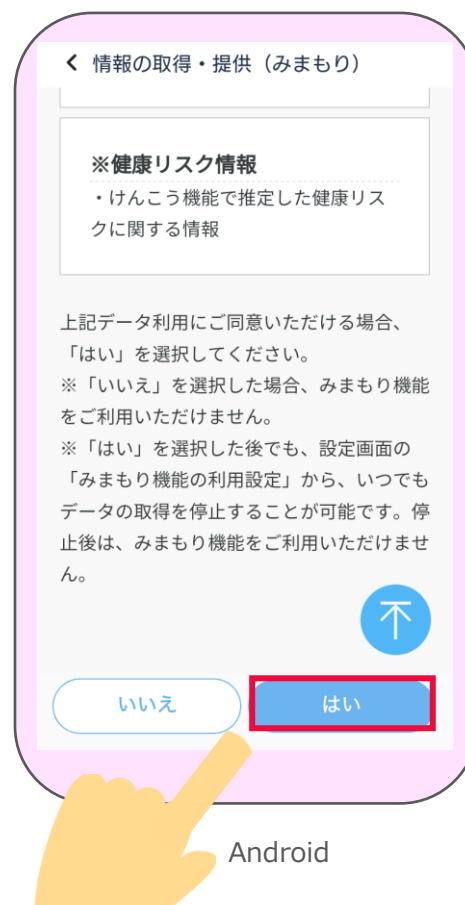
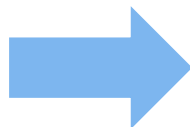
Android

16

利用同意の内容を最後まで確認し、「はい」を押します。



Android



Android

17 ホーム画面が表示されたら

「**みまもり**」機能の初期設定は完了です→主な画面機能の説明は、**P35**からご確認ください。



Android

2

主な画面の機能～各種アイコン～

▼けんこうの画面

アプリを起動するとけんこうの画面が表示されます。



健康マイレージプラスアプリには主に「けんこう」「みまもり」の2つの画面があります。

まずは共通アイコンについて説明します。画面下部のアイコンからは別の画面へ移動できます。

1 「けんこう」画面へ移動

「みまもり」画面でここを押すと「けんこう」の画面へ移動します。

2 「ウォーキング」画面へ移動

健康マイレージ アプリへ移動します。

3 「みまもり」画面へ移動

それぞれの画面の主な機能は以下です。

①「けんこう」画面は、スマートフォン等をセンサーとして収集した生活情報から、AIが健康に関するリスクを推定し、その判定結果を表示します。また、その結果からおすすめの改善行動をミッションとして表示します。詳細はP26～をご確認ください。

②健康マイレージアプリは、歩数送信をして、送信結果のグラフやランキングを見られたり、写真の投稿などができます。

詳細は、健康マイレージアプリのマニュアルをご確認ください。

https://kenko-mileage.jp/assets/img/manual/manual_sp-app.pdf

③「みまもり」画面は、あらかじめ登録した見守る人（家族や友人など）へ、見守られる人の健康リスクなどのお知らせが届くみまもり機能や、近くで開催中の健康イベントなどのイベントの情報を確認できる機能があります。

詳細はP35～をご確認ください。

2

主な画面の機能～各種アイコン～

6

保有ポイント 0



スキャン



メニュー

5

4

判定結果

— 今週のピックアップ —

85点



血圧上昇習慣

改善ポイント

歩数

ミッション

今週は毎日8000歩以上、歩く

達成10P
毎日7P

0/7



けんこう

ウォーキング

みまもり

画面上部のアイコンは以下の通りです。

4 「メニュー（マイページ）」画面へ移動

各種設定や問い合わせができます。
詳細はP54をご確認ください。

5 「二次元バーコード読み取り」画面へ移動

イベントに設定した二次元バーコードを読み取り、
イベントに参加し、ポイントを獲得できます。

6 「ポイント詳細」画面へ移動

現在保有したポイント情報とポイント獲得履歴確認できます。
詳細はP52～をご確認ください。

※ご利用いただいている環境により、表示が異なる場合があります

3

主な画面の機能～けんこう～

The screenshot shows the main interface of the 'けんこう' app. At the top, it displays '保有ポイント 2000' and navigation icons. The main content is divided into four sections, each highlighted with a red box and a numbered callout:

- 1 今日のお知らせ**: A message section with a blue button labeled '詳細はこちら'.
- 2 判定結果**: A section titled '今週のピックアップ' showing a score of '88点' and a '改善ポイント' (Improvement Point) of '歩数' (Steps).
- 3 ミッション**: A mission section with two tasks: '健康診断を受ける' (Receive health check) and '口の体操をする' (Do mouth exercises), each with progress bars and '達成5P' (Achieve 5P) goals.
- 4 マイグラフ**: A graph section showing trends for 'からだところの健康' (Body health) and '血圧上昇習慣' (Blood pressure rising habit) from 06/05 to 07/10. It includes a dropdown menu set to 'すべて' and buttons for '1ヶ月半', '3ヶ月', and '6ヶ月'.

At the bottom, there are navigation icons for 'けんこう', 'ウォーキング', and 'みまもり'.

けんこうの画面はおもに以下の機能があります。
次ページから順番に説明します。

1 今日のメッセージ

2 判定結果

3 ミッション

4 マイグラフ

3

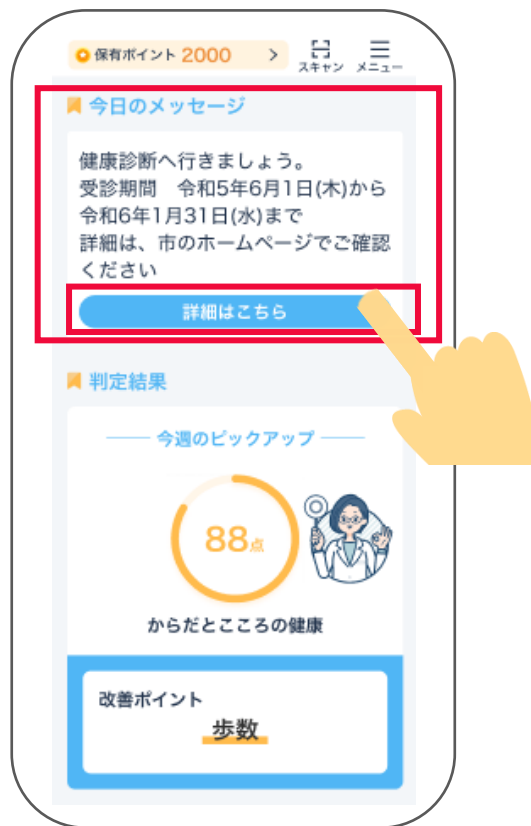
主な画面の機能～けんこう～

3-1 今日のメッセージ

主催団体からお知らせがある場合、画面の上部に「今日のメッセージ」が表示されます。「詳細はこちら」ボタンを押すと、メッセージに関する詳細情報などが掲載されているWEBページが表示されます。

※お知らせが無い場合は「今日のメッセージ」自体表示されません。

また「今日のメッセージ」が表示されている場合でも、リンクするWEBページが無い場合は「詳細はこちら」ボタンは表示されません。



3

主な画面の機能～けんこう～

3-2 判定結果

「判定結果」には、毎週月曜日（※）に、スマートフォンの利用履歴や歩数等の生活習慣情報から、健康に関するリスク推定をした、判定結果を表示します。※初回のみ約2週間後の月曜日に表示されます。リスク推定は、「からだところの健康」と「血圧上昇習慣」の2種類あります。



スマホ

1

「今週のピックアップ」には、「からだところの健康」と「血圧上昇習慣」の判定のうち、よりリスクが高い方（スコアが低い方）の結果を表示します。

2

「改善ポイント」では、「今週のピックアップ」で表示したリスク推定機能の結果から、おすすめの改善ポイントを表示します。

「からだところの健康」とは・・・

体と心の健康に関するリスクを推定します。点数が低いほど、健康リスクが高いと推定されます。

「血圧上昇習慣」とは・・・

血圧が上昇するリスクのある生活習慣となっているかどうかを推定します。点数が低いほど、血圧が上昇するリスクが高い生活習慣であると推定されます。

3

主な画面の機能～けんこう～

3-3 ミッション

それぞれのミッションは1日1回実施でできます。達成すると、ポイントが獲得でき、達成マークが表示されます。

The screenshot shows the 'ミッション' (Mission) screen. At the top, it displays '保有ポイント 0' (Current Points: 0) and a 'スキャン' (Scan) button. Below this, a blue box highlights the '改善ポイント' (Improvement Points) section, specifically '就寝時刻' (Bedtime). The main area lists three missions:

- 1** (blue box): '今週は日々の就寝時...' (This week, daily bedtime...). It shows '達成10P 毎日1P' (Achievement 10P, Daily 1P) and a '達成報告する' (Report Achievement) button. A progress bar shows '0/7'.
- 2** (red box): '食事のリズムを整え...' (Adjust your eating rhythm...). It shows '毎日1P' (Daily 1P) and a '挑戦する' (Challenge) button. A progress bar shows '0/1'. A green '変更' (Change) button is visible on the right.
- 3** (red box): '口の体操をする' (Do mouth exercises). It shows '毎日1P' (Daily 1P) and a '挑戦する' (Challenge) button. A progress bar shows '0/1'. A red box highlights the '0/1' part.

1

ミッションは3つ表示されます。

前ページにありました、健康リスクの判定結果が表示されると、1番上のミッションは、判定結果の改善ポイントに基づいたミッションが表示されます。2番目と3番目には、一般的な健康に関するミッション等が表示されます。

※1番目も、利用開始直後の判定結果が表示されるまでの期間、および、その後の判定結果が正常に表示されないときなどは、一般的な健康に関するミッションが表示されます。

2

達成前のミッションは「**変更**」ボタンを押すと、ミッション内容を変更出来ます。変更できないミッションもあります。その場合は「**変更**」ボタンは表示されません。

3

水色字の部分には獲得できるポイントが表示されます。また、下部には、ミッションを実施する回数（日数）が表示されます。

■ 歩数に関するミッションの場合

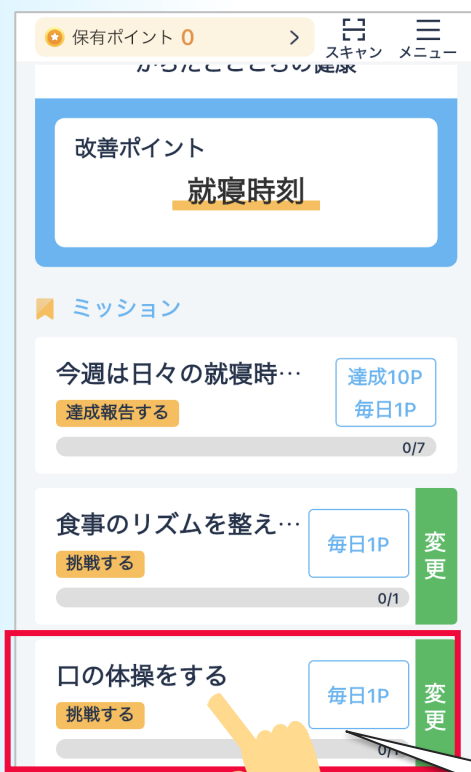
1 改善ポイントが歩数の場合、歩数に関するミッションが表示されます。

2 画面下部のウォーキングをタップし、健康マイレージアプリに移動し、歩数送信をします。目標歩数に達してから、健康画面を表示すると、ポイント獲得ができ、達成マークが表示されます。



■ その他の ミッションの場合

1 「ミッション」部分を押します。



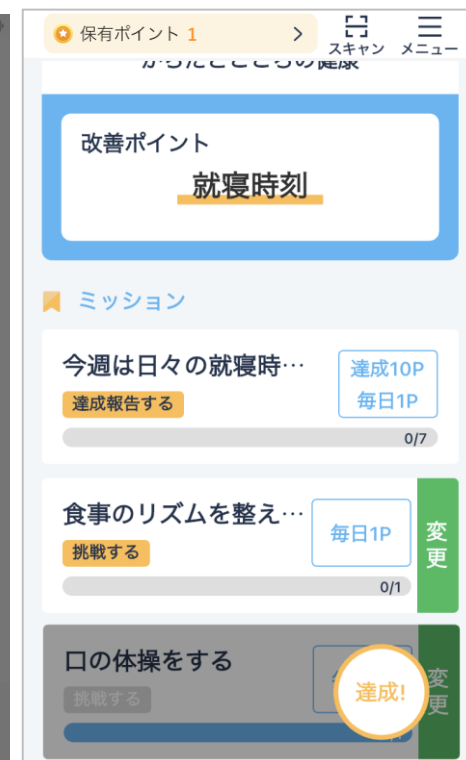
2 ミッションの内容が表示されます。
ミッションを達成したら、「ポイントを獲得する」ボタンを押します。



3 ポイント獲得画面が表示されます。
「閉じる」ボタンを押します。



4 ミッションを達成すると、この画面になります。



「挑戦する」ボタンが「達成報告する」ボタンの場合、ミッション内容画面のボタンは「達成した」ボタンが表示されますので、それを押してください。

■ ミッション内容画面のボタンについて



1 「**詳細はこちら**」ボタンを押すと、ミッション内容の出展元のページなどにリンクします。

2 画面左上の「**ミッション**」や「**ミッション詳細**」を押すと、元のページに戻れます。

3

主な画面の機能～けんこう～

3-4 マイグラフ

「マイグラフ」は、健康に関するリスク推定の判定結果のスコアを、グラフで表示します。

1 「▼」をタップして、「からだところの健康」や「血圧上昇習慣」を選択すると、1種類のみグラフが表示されます。
「すべて」に戻すと、2種類とも表示されます。

2 表示期間を選択できます。

3 日付のライン部分を押し、その日付のスコアが表示されます。
グラフを左右にスライドすることで、過去の履歴を表示できます。



4

主な画面の機能～ウォーキング～

次に「ウォーキング」画面について説明します。

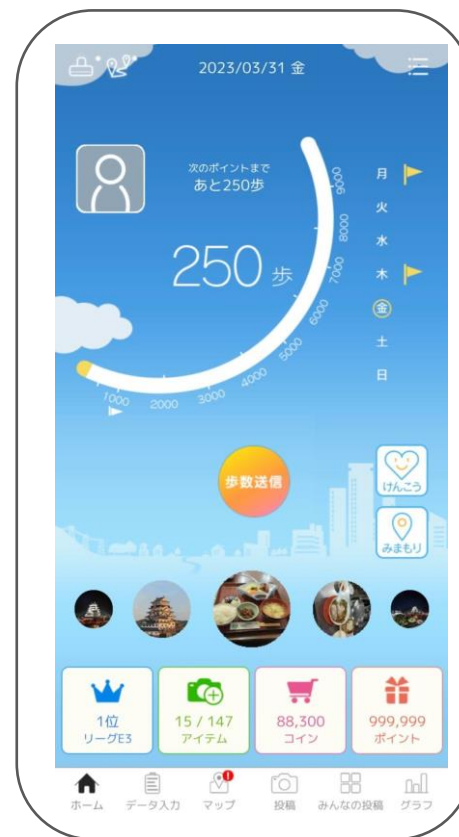
- 1 アプリのホーム画面の下部にある
「ウォーキング」を押します。



スマホ

- 2 「健康マイレージ」のアプリが開かれます。
詳細は、健康マイレージアプリのマニュアルを
ご確認ください。

https://kenko-mileage.jp/assets/img/manual/manual_sp-app.pdf



スマホ

5

主な画面の機能～みまもり～

次に「みまもり」画面について説明します。

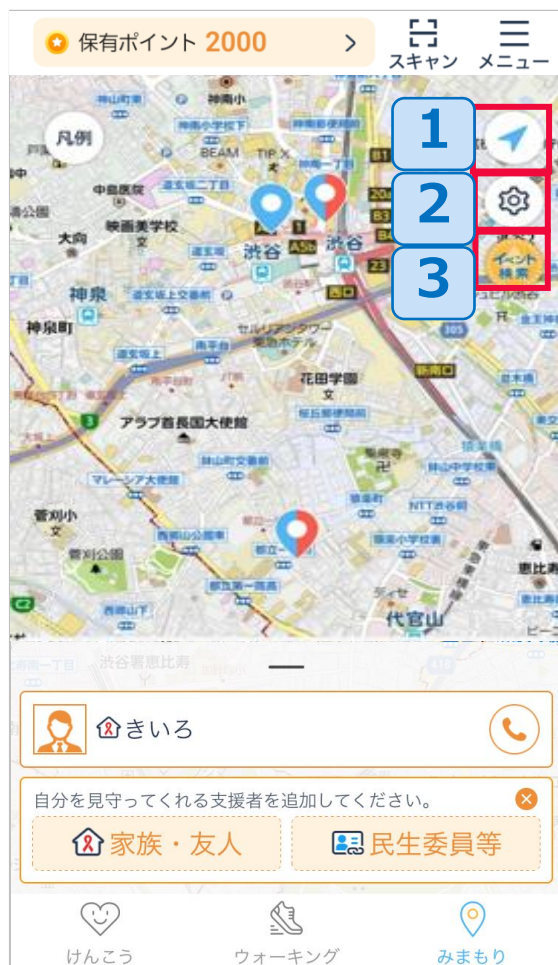
5-1 みまもり機能の各種アイコンの説明

- 1 けんこうの画面で、
右下にある「みまもり」
を押します。



スマホ

- 2 「みまもり」の画面が表示されます。



- 1 マップが、自分の現在位置から離れている場所を表示しているときに、このアイコンをタップすると、自分の現在位置に戻ります。
- 2 支援者・要支援者・支え合い・スポットを組み合わせた任意の条件で、マップの表示アイテムを絞り込めます。
- 3 イベントの一覧が表示されます。

5

主な画面の機能～みまもり～

5-1 みまもり機能の各種アイコンの説明



4 マップに表示される各アイコンの意味について解説しています。



6 「みまもり機能」について、このアイコンを押すと、家族・友人や民生委員などの見守る人（「支援者」と呼びます。）を追加することができます。詳細は次ページからご確認ください。

5 ピンをタップするとスポットの情報が下部へ表示されます。イベント情報の見方の詳細はP50をご確認ください。



①ピンタップすると②下部のカードにスポットの情報が表示される

※主催団体により「民生委員等」は表示されない場合があります。

5-2 みまもり機能 支援者の追加 ～家族・友人を追加する場合～

みまもり機能とは、あらかじめ家族や友人など見守ってほしい人を支援者として登録しておく、登録された支援者に対し、あなたのスマートフォンが数日間利用されていない場合などに、通知が届く機能です。見守る人を「支援者」と呼び、見守られる人を「要支援者」と呼びます。

「要支援者の操作」とは・・・

見守りを依頼する方の操作です。見守りを依頼する方は、手順A-1にお進みください

「支援者の操作」とは・・・

見守りを依頼を受けた方の操作です。

アプリで見守る方法と、メールアドレスで通知のみを受け取る方法があります。

<アプリで見守る方法>

●アプリを既にダウンロードしており、アプリで見守る場合

⇒ 手順B-1にお進みください

●アプリをまだダウンロードしていないが、アプリで見守りたい場合

⇒ アプリのダウンロードや登録後に、手順B-1にお進みください

<メールアドレスで通知のみを受け取る方法>

⇒ 手順C-1にお進みください

5-2 みまもり機能 支援者の追加 ～家族・友人を追加する場合～

要支援者（見守りを依頼する方）の操作

A-1 みまもり画面の下部にある
「**家族・友人**」を押します。



A-2 「**見守り依頼を送る**」を押します。
※下記画面のコードは一例です。



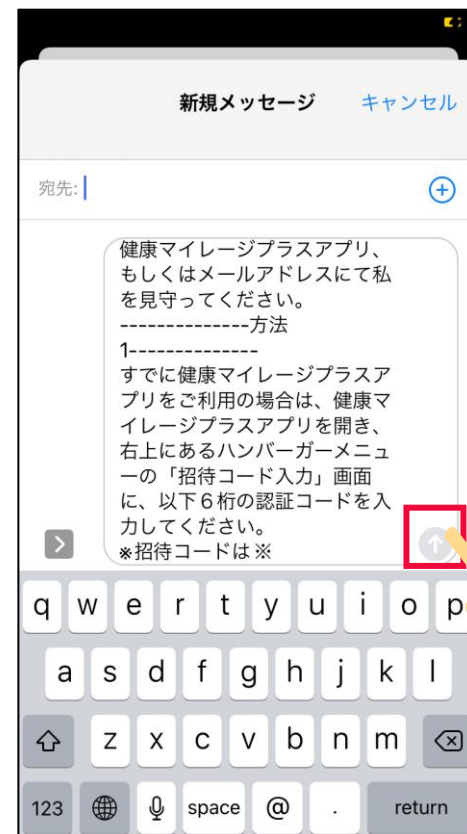
5-2 みまもり機能 支援者の追加 ～家族・友人を追加する場合～

要支援者（見守りを依頼する方）の操作

A-3 送り先や、送付方法を選択します。
※メッセージやメール等の本文は自動で入力されます。



A-4 メッセージやメール等を送信します。※必要がある場合には、送付元がわかるようにご自身のお名前などを追加してください。

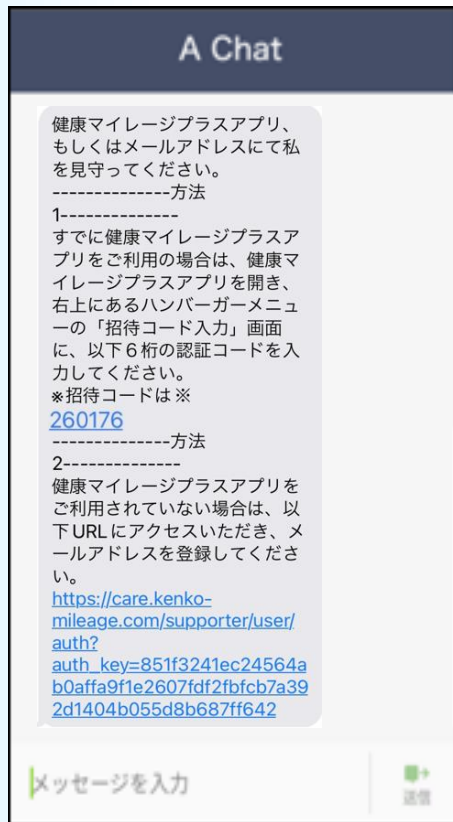


支援者（見守り依頼を受けた方）の操作 ～アプリで見守る場合～

B-1

家族or友人にメッセージが届きます。
招待コードをコピーするか
覚えておきます。

※下記画面のコードは一例です。



B-2

みまもり画面の
右上のメニューボタンを
押します。



B-3

「招待コード入力」を
押します。



支援者（見守り依頼を受けた方）の操作 ～アプリで見守る場合～

B-4 要支援者から送られた招待コードを入力します。

※招待コードをコピーした場合、

「**コピーしたコードを貼り付ける**」を押すと簡単にコードが入力できます。

The image displays two side-by-side screenshots of the '招待コード入力' (Invite Code Input) screen in an application. Both screens show the same text: 'あなたに見守られたい家族・友人の方から入手した招待コードを入力してください。' (Please enter the invite code received from the family or friends you want to be supervised by).

The left screenshot shows an empty input field with a red border. Below it is a blue button with the text 'コピーしたコードを貼り付ける' (Paste copied code), also with a red border. At the bottom is a standard numeric keypad.

The right screenshot shows the same input field, but now it contains the code '260-176'. The 'コピーしたコードを貼り付ける' button is highlighted with a red border, indicating it is the next step in the process.

支援者（見守り依頼を受けた方）の操作 ～アプリで見守る場合～

B-5 認証成功が表示されたら完了です。「閉じる」を押してください。要支援者には、プッシュ通知で支援者が追加されたことが通知されます。



マップの下部に要支援者が表示されます。

▽支援者の画面



要支援者側の画面には、支援者が表示されます。

▽要支援者の画面

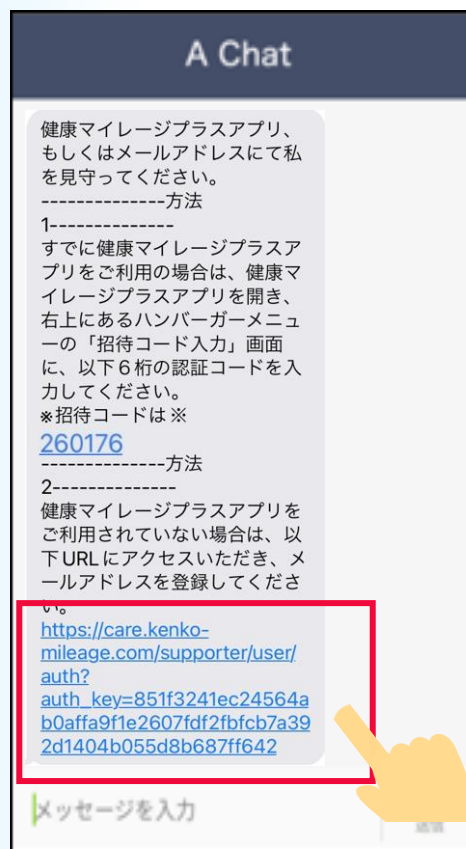


★お互いに支援者依頼し、お互いがお互いの支援者・要支援者になった場合は、以下のような「支え合い」という表示になります。



支援者（見守り依頼を受けた方）の操作 ～メールで見守る場合～

C-1 家族or友人にメッセージが届きます。
リンクを押します。



C-2 ご自身のメールアドレス(要支援者に関する通知を受け取るアドレス)を入力し、下部にある説明を読み、「同意する」を押します。

健康マイレージプラス
KENKO MILEAGE PLUS

見守り支援者の承認依頼

双方向四郎様から、あなたを見守り支援者として登録依頼がありました。以下詳細情報をご確認の上、承認または拒否してください。

要支援者情報
名前: 双方向四郎

双方向四郎様の健康リスク等を受け取るメールアドレスを入力してください。

メールアドレス(必須)
入力してください

※入力したメールアドレス宛に仮登録メールを送信します。メール受信制限をされている方は@kenko-mileage.jpのドメインを受信できるように設定をお願いいたします。

※以下の内容をご確認いただき、ご同意いただける場合には、「同意する」ボタンを押下してください。

- 「同意する」ボタンを押下いただいた場合、今後、お客様には、ドコモ・ヘルスケア(デモ)より双方向四郎様に関するからだとこころの健康リスク、および危険な状態にあると推定される生活情報(長時間スマートフォンを使用していない等の情報)が通知されます。(以下、当該通知を「緊急通知」といいます。)
- 緊急通知は、本画面で登録いただいたメールアドレス宛にメールで通知します。
- 緊急通知に伴って生じる通信料は、お客さまのご負担となります。
- 双方向四郎様の発信場所や電波の受信状況等により、緊急通知が行われない場合があります。

- ご負担となります。
- 双方向四郎様の発信場所や電波の受信状況等により、緊急通知が行われない場合があります。ドコモ・ヘルスケア(デモ)は、緊急通知の確実な実施をお約束するものではありません。
 - 「同意する」ボタンを押下していただいた場合であっても、今後届くメールの配信停止手続きを行っていただくことにより、お客さまへの緊急通知を停止することができます。
- 上記を了承しました。

同意しない

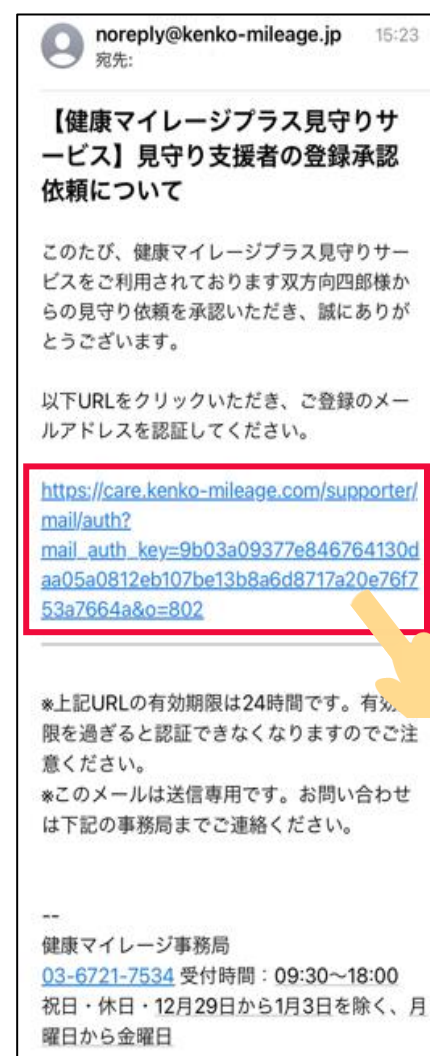
同意する

支援者（見守り依頼を受けた方）の操作 ～メールで見守る場合～

C-3 「入力したメールアドレスに認証用メールが送信されます。」

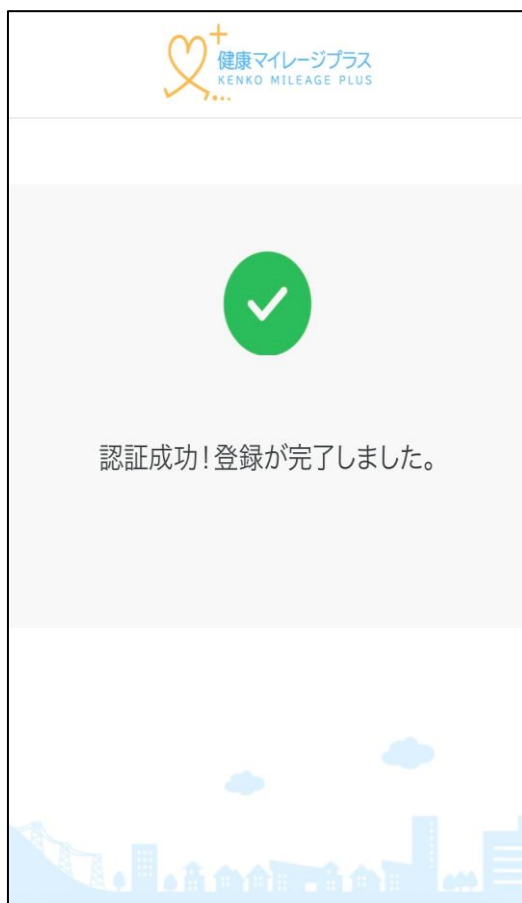


C-4 届いたメールに記載されているURL(リンク)を押します。



支援者（見守り依頼を受けた方）の操作 ～メールで見守る場合～

- C-5 認証成功が表示されたら完了です。
要支援者に、プッシュ通知で支援者が追加されたことが通知されます。



要支援者のアプリで、マイページの「**通知先管理**」から、登録された支援者のメールアドレスを確認できます。



5-3 みまもり機能 支援者・要支援者の表示

支援者の追加が完了すると、マップにはお互いの位置情報が表示されます。
また、マップに下部に表示される、支援者もしくは要支援者のカードにあるボタンで電話を掛けたり、通知を確認できます。※**青枠**部分をカードと呼びます。

支援者もしくは要支援者の位置を示すアイコンは健康マイレージアプリのプロフィールで設定したプロフィール画像が表示されます。設定していない場合は、下記のような表示になります。

要支援者の画面↓



支援者の画面↓



P42に記載したとおり、お互いに支援者・要支援者になると、「支え合い」という表示になります。
相手：オレンジと青が半々の色
自分：紫色で表示されます。



- 1 要支援者（支援者）に電話することができます。
- 2 要支援者の昨日の行動履歴を確認します。
- 3 要支援者の要支援履歴を確認します。

5-4 みまもり機能 支援者への通知

要支援者に**健康リスクがある場合**や、**3日間歩数が0歩**または**アプリの利用が無い場合**などに、支援者に対し、プッシュ通知で、通知が届きます。

【通知例1】はなこさんの健康リスクが検出されました。

【通知例2】はなこさんは3日間歩数が0歩、または、アプリを利用していないようです。

また、支援者はこの通知について、下記の赤枠から表示される「要支援履歴」からも確認できます。

※支援者がアプリを持っていない場合、メールで通知が届きます。



5-5 みまもり機能 支援者・要支援者の管理

1 みまもり画面の右上メニューボタンを押します。



2 「支援者・要支援者管理」を押します。



5-5 みまもり機能 支援者・要支援者の管理

3 「**相手を自分のマップに表示**」で、この支援者もしくはは要支援者をマップ上に表示させるかどうかの設定ができます。

「**自分の位置情報・健康状況を相手に共有**」で、相手先に自分の情報を表示および通知させるかどうかの設定ができます。さらに、**青枠**矢印を押した先の画面で支援者もしくはは要支援者の情報の確認および削除ができます。

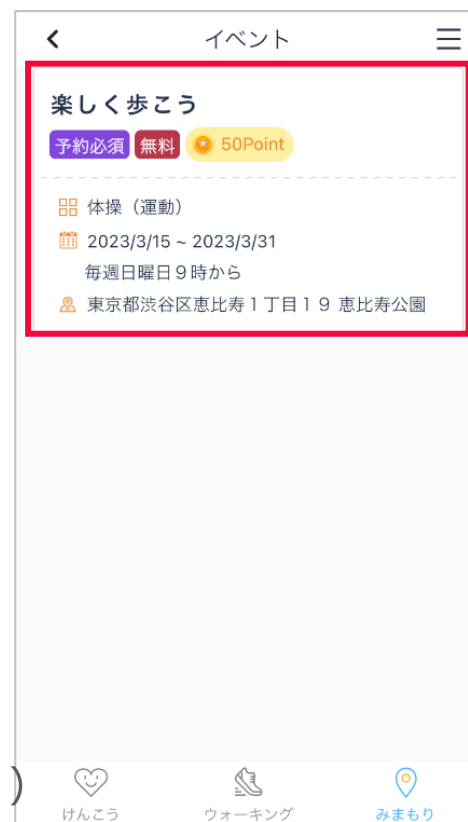


5-6 イベントの表示や検索

- 1 マップのピンを押すと、下部にスポットの情報が表示されます。
- 2 カードの星のアイコンを押すとイベント一覧が表示されます。



- 2 一覧の情報を押すと詳細情報へ遷移します。
- 3 イベントの詳細情報が表示されます。



※電話やメールのアイコンを押すと、表示されたスポットへ電話したり、メールすることができます。
(電話やメールのアイコンは表示されない場合もあります。)

5-6 イベントの表示や検索

- 2 マップ右上の青枠「イベント検索」を押すと、イベント一覧画面に検索窓が表示され、イベント名や住所などでイベントを検索することができます。



6

主な画面の機能～ポイント～

「ポイント詳細」画面の表示

- 1 「けんこう」画面の「保有ポイント」エリアを押します。
- 2 「ポイント詳細」画面が表示されます。



3 この画面でポイント履歴情報を確認することができます



- 1 自分の保有ポイント情報を確認できます。
- 2 ポイント獲得方法を確認できます。
- 3 ポイント獲得日付で絞り込むことができます。



7

主な画面の機能～マイページ～

- 1 アプリのホーム画面の右上にある「**メニュー**」ボタンを押します。



- 2 この画面で様々な設定をすることができます。

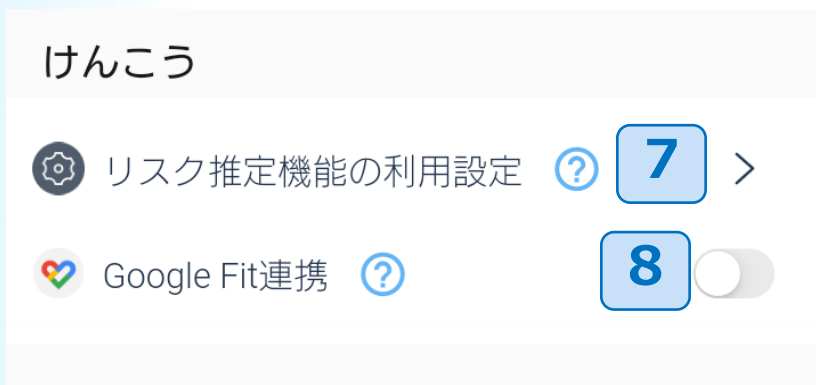


- 1 自分のアカウント情報を確認できます。
- 2 保有ポイントやポイント履歴を確認できます。
- 3 けんこう機能の使い方を確認できます。
- 4 みまもり機能の使い方を確認できます。
- 5 イベントに設定した二次元バーコードを読み取り、イベントに参加し、ポイントを獲得できます。

2 この画面で様々な設定をすることができます。



6 プッシュ通知を利用するかどうかを設定できます。



7 リスク推定機能を利用するかどうかを設定できます。

8 【Androidのみ】
リスク推定機能のもとになる情報を
GoogleFit連携設定するかどうかの設定が
できます。



9 みまもり機能を利用するかどうかを設定できます。

2 この画面で様々な設定をすることができます。

-  不規則な心拍通知  **10**
-  日常の違和感通知  **11**
-  支援者・要支援者管理  **12** >
-  通知先管理  **13** >
-  招待コード入力  **14** >

10 【iPhoneのみ】
不規則な心拍を検知・支援者に通知するかどうかを設定できます。

11 一定期間、スマートフォンから生活データが収集できない場合、支援者に通知するかどうかを設定できます。

12 支援者・要支援者の確認や表示の設定、削除ができます。

13 メールのみで見守る支援者の確認と削除ができます。

14 自分が支援者となるときに、要支援者から送付された招待コードを入力します。

15 問い合わせができます。

16 アプリについて、サービス概要や利用規約などの確認ができます。退会手続きも、こちらから行えます。

- お問い合わせ
-  お問い合わせ **15** >
- その他
-  このアプリについて **16** >

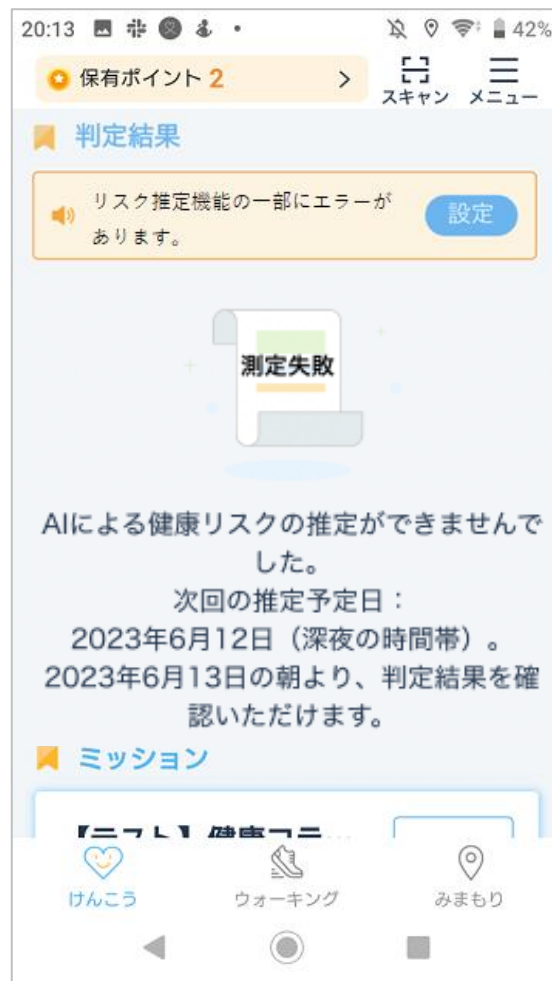
【iPhoneのみ】

右のように
「リスク推定機能の一部にエラーがあります。」と
いう表示が出た際には…

・ **睡眠スケジュールの設定**（ P.8の手順11 ）を確認し、
再設定してください。

・ ヘルスケアデータへのアクセスが**すべてオン**に
なっているかを確認してください。

⇒確認する場合は、次ページにお進みください

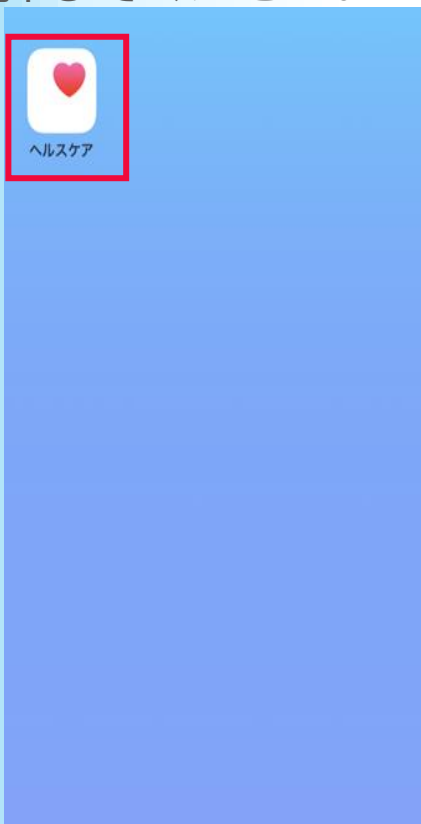


8

ご利用上の注意

ヘルスケアデータへのアクセスが**すべてオンにする** になっているかは、以下の手順で確認してください。

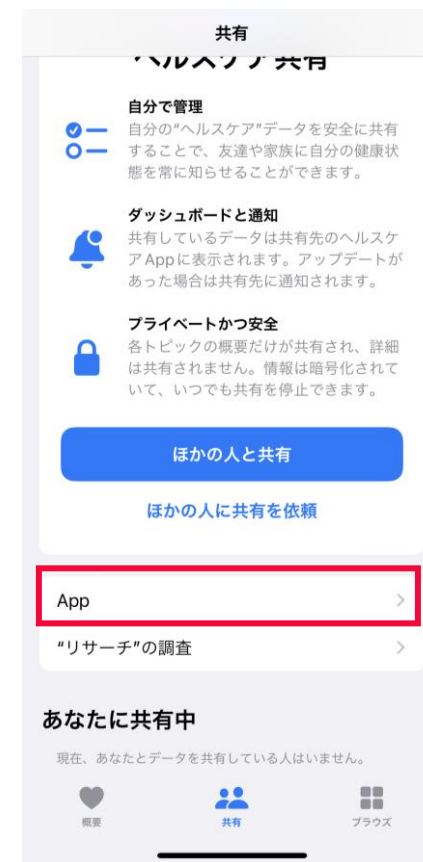
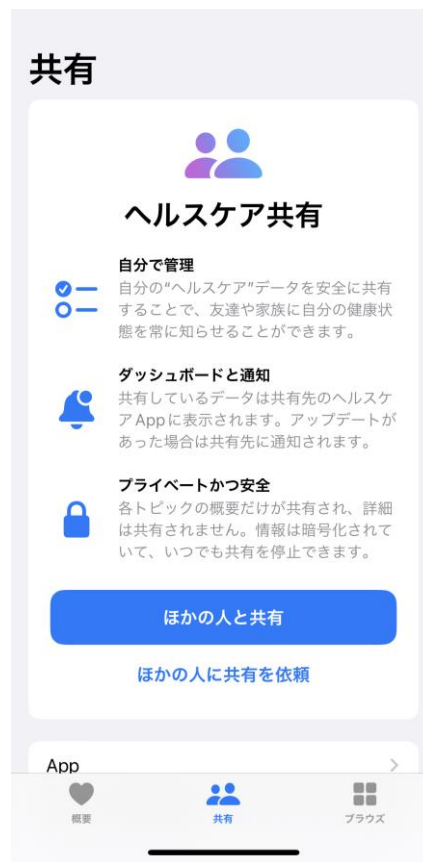
iPhoneのホーム画面からヘルスケアアプリを押してください。



「共有」を押してください。



画面の下部にある「App」を押してください。



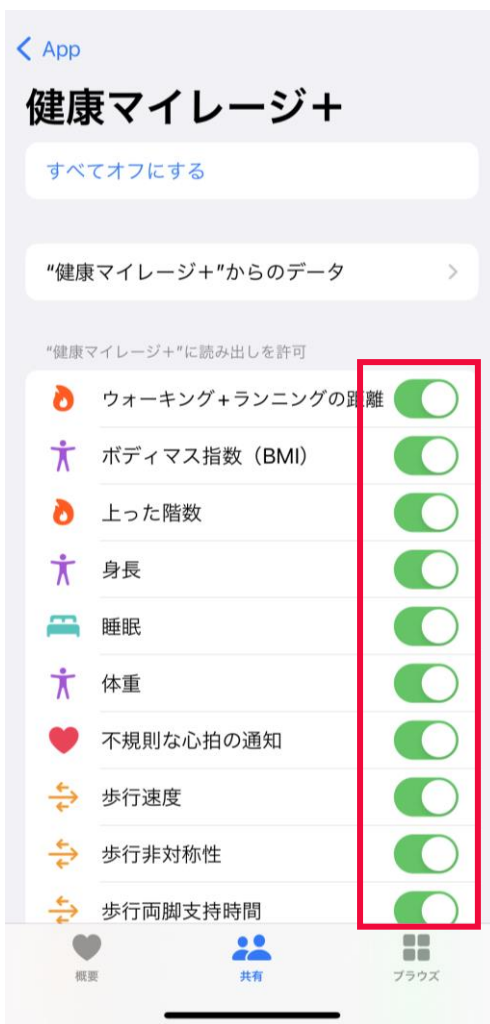
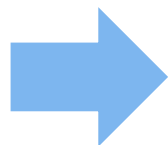
8

ご利用上の注意

「**健康マイレージ+**」を押してください。

全てのボタンが「**オン（緑の状態）**」になっているかを確認してください。

オンになっている場合は、操作は不要です。確認は完了です。
オンになっていない場合は、「すべてをオンにする」を押してください。



【iPhoneのみ】

本アプリを使用中、右図のような通知が表示される場合があります。

「常に許可」を選択してください。

※「使用中のみ許可に変更」を選択した場合、位置情報の収集ができなくなり、**見守り機能が無効**になってしまいます。



【Androidのみ】

本アプリを使用中、右図のような

「あなたを見守っています」

「歩数を計測しています」

という通知が表示される場合があります。

端末から自動で表示される通知ですので、
ご理解いただけますと幸いです。

※支援者（**見守る側**のご利用者様）にも

「あなたを**見守っています**」という通知が届く
場合があります。



スタートアップガイドマニュアル

ご注意

※無断転写 / 複製 は禁止です。

※セキュリティBOX / 裁断等で適正廃棄してください。

2023年9月版