

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

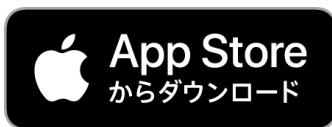
1. インストールについて

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



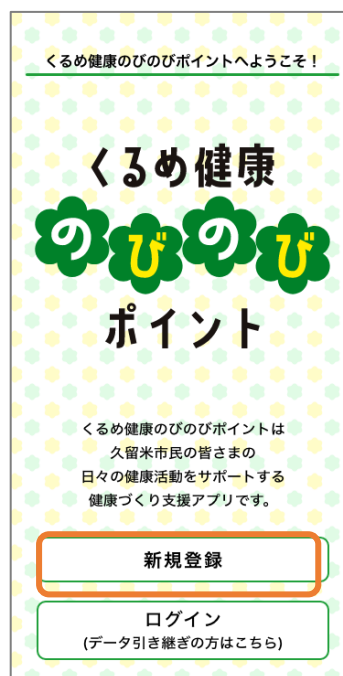
「権限の付与（2/2）」が表示されたら『許可』を押します。

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」を数度押しして登録へ進みます。

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



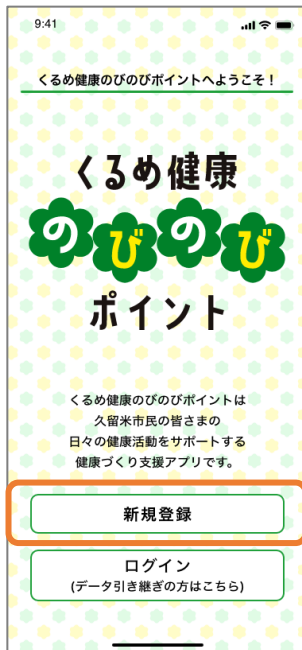
ホーム画面に遷移して、Google Fitの登録が完了です。

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)

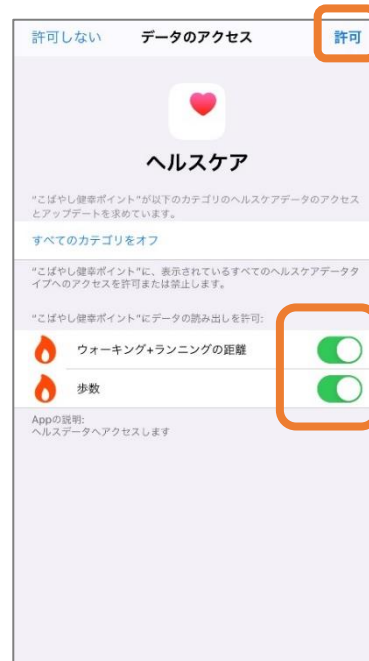
登録方法

5



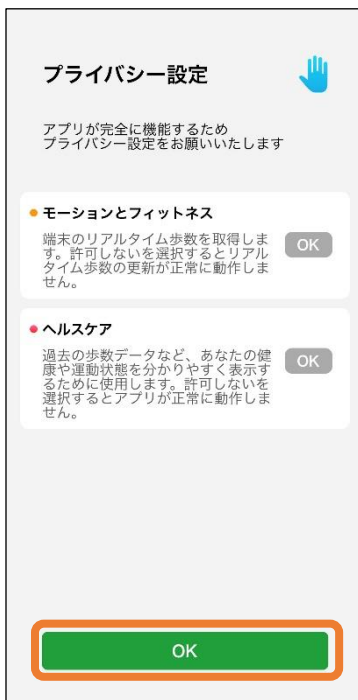
次に「ヘルスケア」の『設定』を押します。

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**

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
[]年 []月 []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
[]

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。

1993年 4月 20日

▶ 性別
女性 男性

登録

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。

1 Tap the menu icon (三本線) in the top right corner.

2 Tap '健康保険証情報' in the menu.

3 Tap '登録情報の確認・修正'.

4 Tap '内容を変更' to edit the registration information.

The registration information screen shows the following details:

- 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

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

▶ 番号

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。

1993年 4月 20日

▶ 性別
女性 男性

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

体重を
入力したら
タップ



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

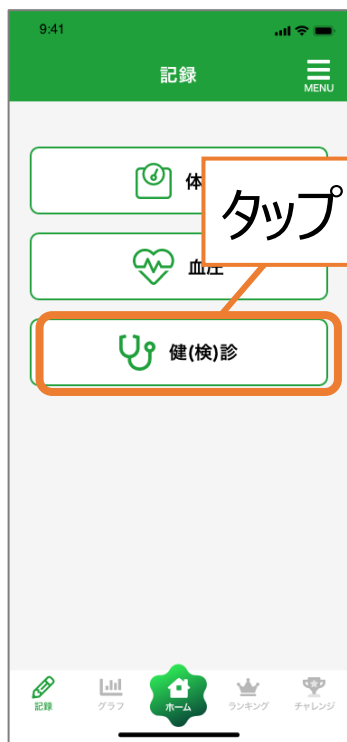


6. 記録機能について（健診・検診記録）

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

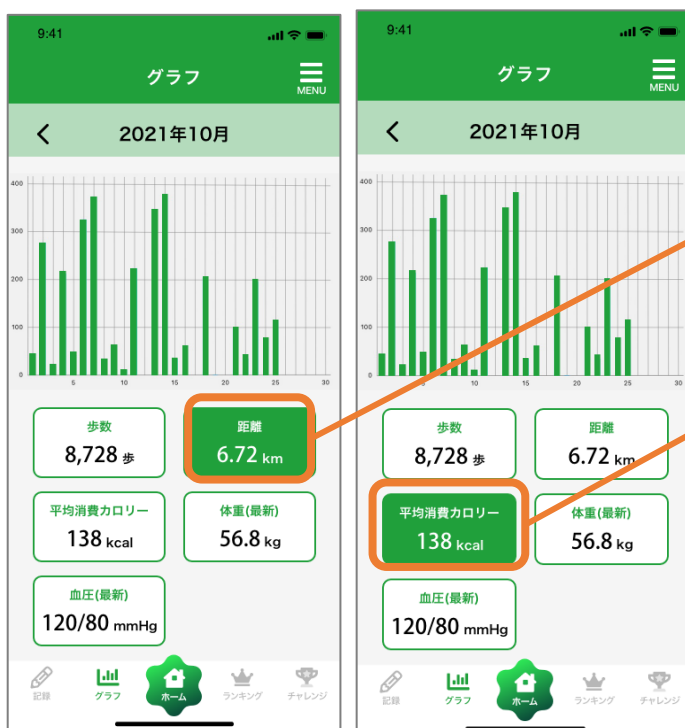


2



タップして、
表示したい月まで
移動

3



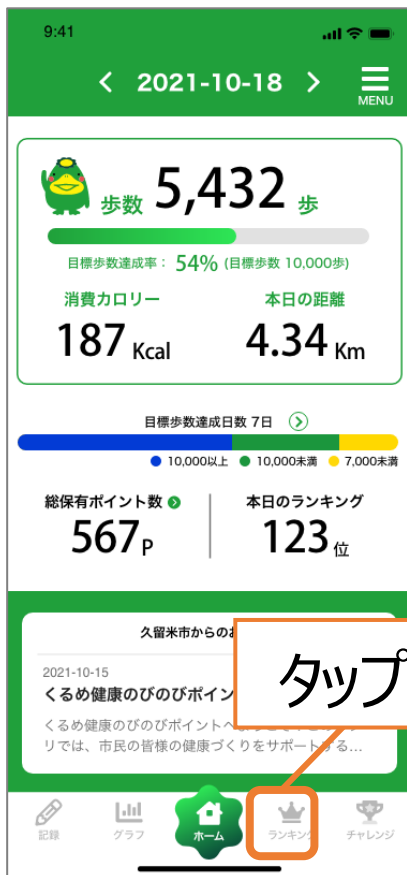
タップして、
表示したい項目まで移動
歩数、距離、消費カロリー
体重、血圧のグラフを
確認することができます。

8. ランキング機能について

ランキングの確認

「全体ユーザー」「性別」「グループ」ごとの個人ランキングを確認することができます。

1



2

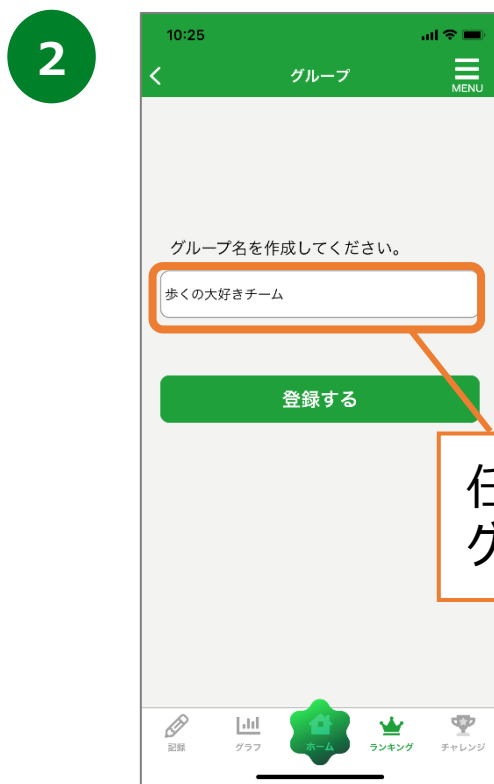


タップして、
表示したい
ランキングに移動

8. ランキング機能について(グループランキング)

グループ作成

ご家族やお友達とグループを作ることができます。
グループを作ること、グループ内の自分の順位を確認することができます。
※複数のグループを作成することはできません。



自動でグループコードが発行され
グループ作成が完了

ランキングを共有したい相手に
発行されたグループコードを登録してもらうことで、
グループに参加することができます。

8. ランキング機能について(グループランキング)

グループ情報の確認/コピー

参加するメンバーにグループ情報を伝えるために確認・コピーができます。

1



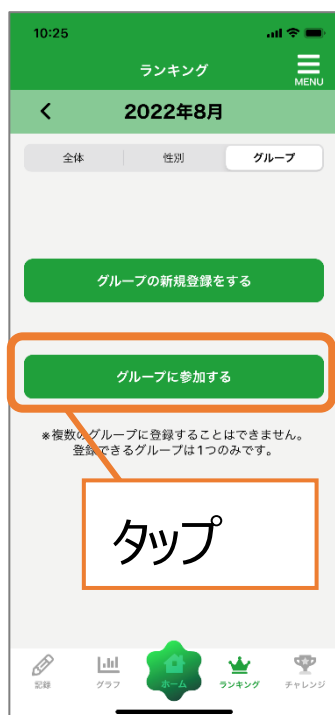
2



グループ参加

ご家族やお友達と作ったグループに参加することができます。
※複数のグループに参加することはできません。

1



2




9. チャレンジ機能について（チャレンジ）


チャレンジ登録（当日記録分）

食事や睡眠など生活習慣に関する行動をチェックすることができます。


1




2



3



4



タップ

タップ

タップ

チェックマークが追加されます

9. チャレンジ機能について（チャレンジ）

チャレンジ登録（過去記録分）

食事や睡眠など生活習慣に関する行動をチェックすることができます。

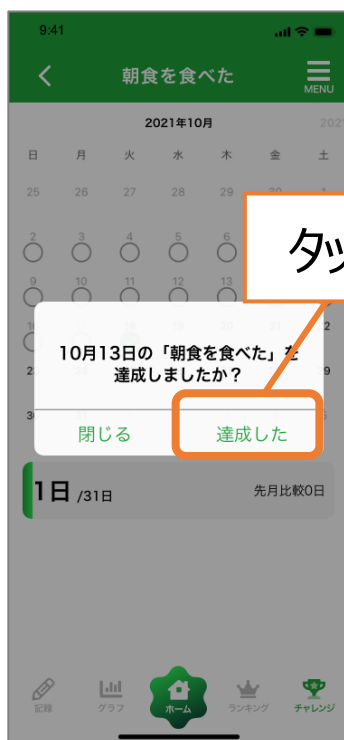
1



2



3



4



過去1週間
についての
遡及登録が
可能です。

9. チャレンジ機能について（バーチャルウォークコース）

バーチャルウォークコースへの参加

日本や世界各国の名所をめぐるバーチャルウォークコースを表示します。

1



タップ

2



タップ

3



タップ

4



選択したコースが
ホーム画面へ表示され、
名所をめぐることができます。

9. チャレンジ機能について (リアルウォークコース)

リアルウォークコースへの参加

久留米市の名所をめぐるリアルウォークコースを表示します。
(GPS機能必須)

1



タップ

2



タップ

3



各チェックポイントの近くに来ると「チェックイン」ボタンを押せるようになります。

9. チャレンジ機能について（グループ別ランキング）

グループ別ランキング

グループ単位のランキングを確認できます。

※3名以上のグループ参加でランキングが表示されます。

1



タップ

2



9. チャレンジ機能について（イベント参加・QR）

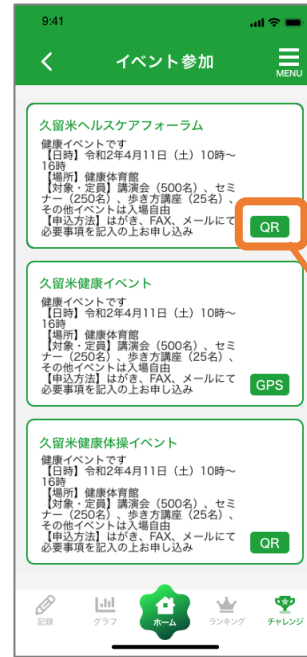
講座・イベント情報の確認、QRコードチェックイン

ポイント対象事業の情報を確認できます。また、事業参加時にはこちらのページからQRコードを読み取ることで参加ができます。

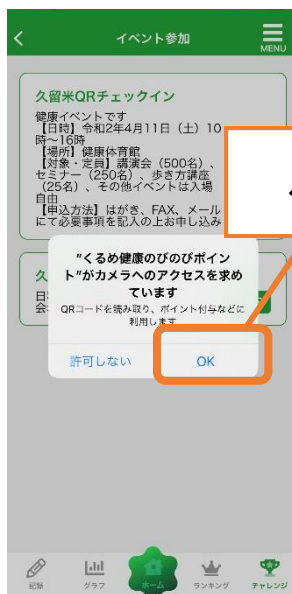
1



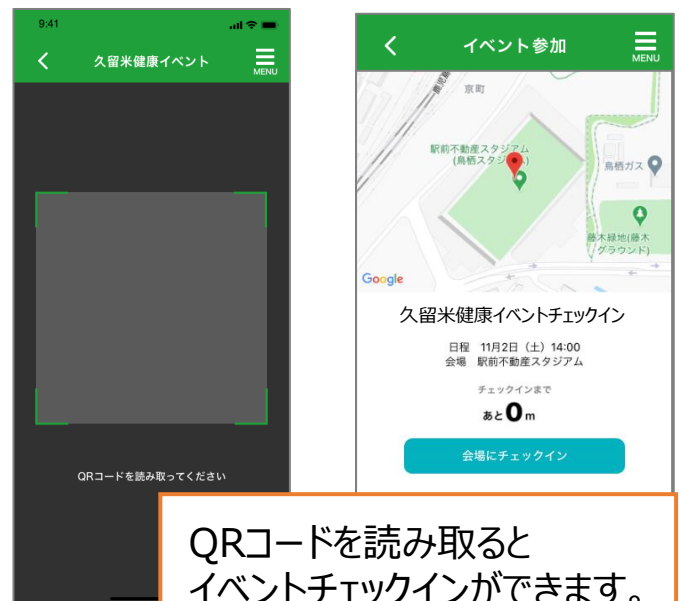
2



3



4



QRコードを読み取るため
カメラのアクセスを許可してください。

QRコードを読み取ると
イベントチェックインができます。
QRコードの場所については
各事業の担当者へお問い合わせ
ください。

9. チャレンジ機能について（イベント参加・GPS）

講座・イベント情報の確認、GPSチェックイン

ポイント対象事業の情報を確認できます。また、事業参加時にはこちらのページから位置情報を取得することで参加ができます。

1



2



3



位置情報を取得するため、位置情報の使用を許可してください。

4



会場とアプリの位置情報が一致すると「会場チェックイン」が押せるようになり、イベントチェックインができます。

10. ポイントについて

ポイント関連ページは下記の2種類の方法でアクセスが可能です。

ホーム画面からのアクセス



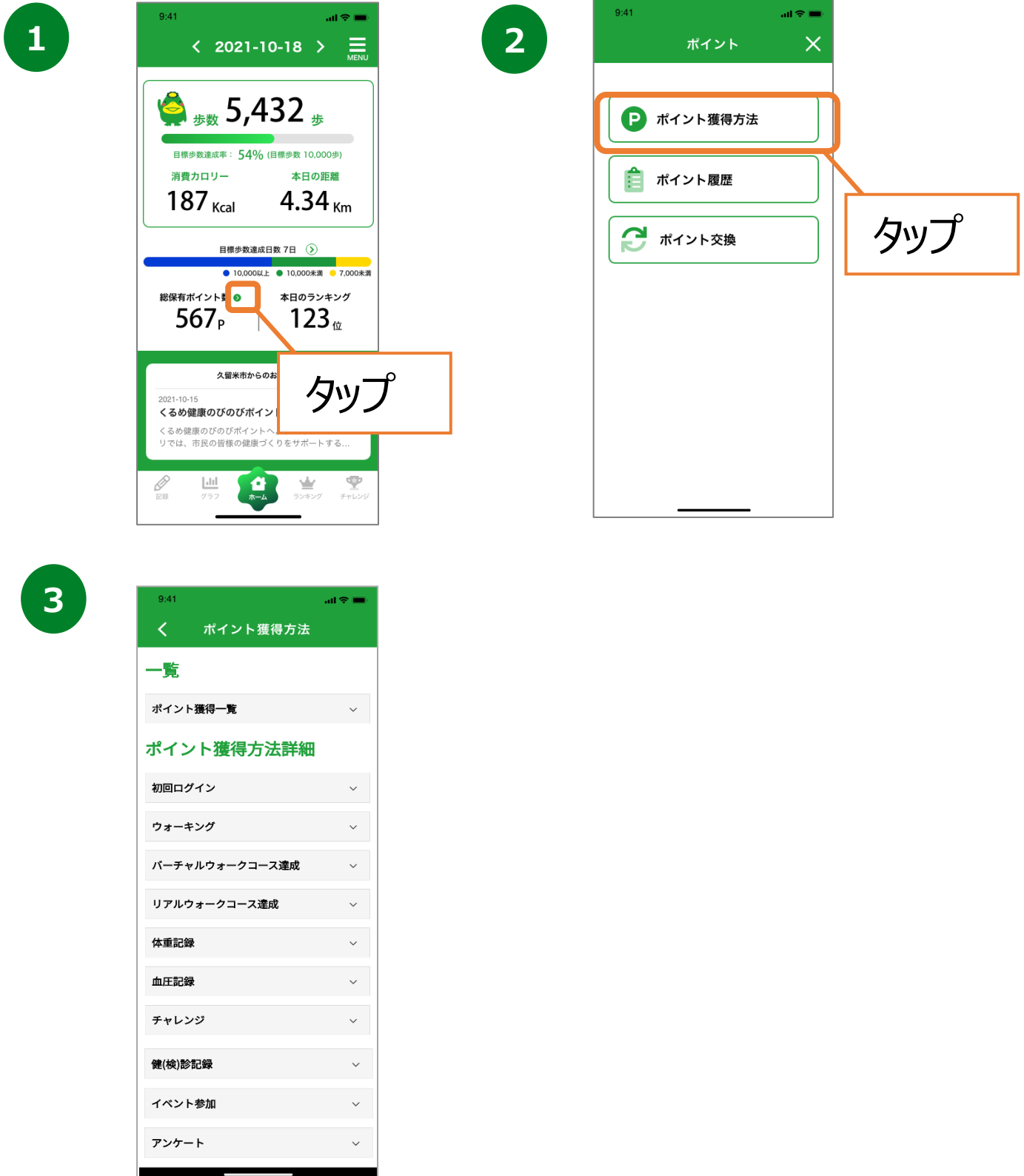
メニュータブからのアクセス



10. ポイントについて（ポイント獲得方法）

ポイント獲得方法の確認

ポイントの獲得方法や各種ポイントプログラムの付与ポイント数を確認することができます。




10. ポイントについて（ポイント履歴）


ポイント獲得履歴の確認

獲得したポイント数、獲得日、獲得アクションを確認することができます。

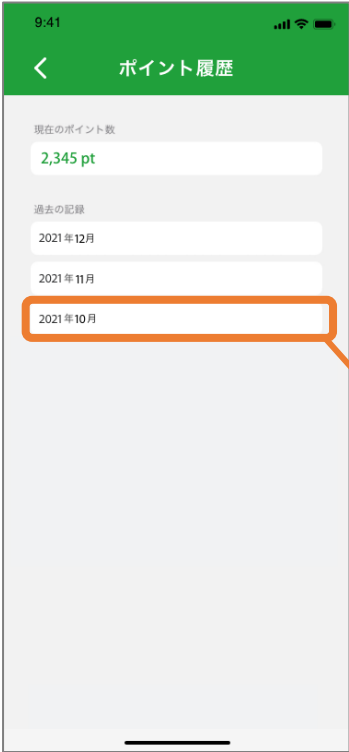
1



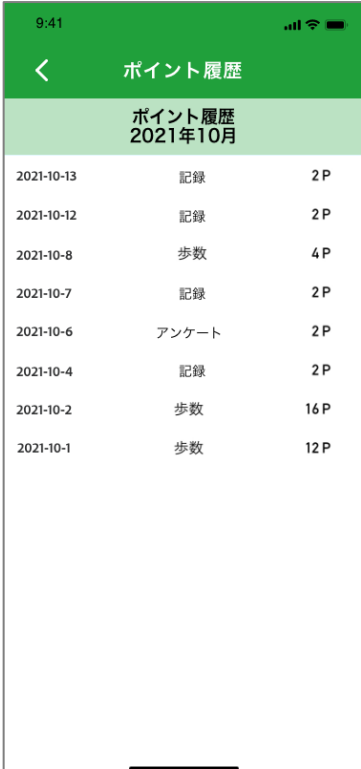
2



3



4



ポイント履歴 2021年10月		
2021-10-13	記録	2P
2021-10-12	記録	2P
2021-10-8	歩数	4P
2021-10-7	記録	2P
2021-10-6	アンケート	2P
2021-10-4	記録	2P
2021-10-2	歩数	16P
2021-10-1	歩数	12P

10. ポイントについて（ポイント交換）

ポイントの利用/利用前登録

獲得したポイント数に応じて抽選に応募することができます。

※抽選への応募は、18歳以上の久留米市民の方が対象となります。

1



2



タップ

タップ

3



タップ

ポイント交換の詳細は、アプリ内のお知らせにて配信いたします。

10. ポイントについて（ポイント交換）

ポイントの利用/利用前登録

獲得したポイント数に応じて抽選に応募することが出来ます。

※抽選への応募は、18歳以上の久留米市民の方が対象となります。

4

9:41

ポイント利用

貯まったポイントで商品抽選へ参加できます。参加をご希望の方は「登録する」へお進みください。

商品抽選の詳細については、随時お知らせ等で配信します。

商品抽選への参加には個人情報の登録が必要です。個人情報の取り扱いについては[利用規約](#)をご覧ください。

※応募条件
満18歳以上の久留米市民の方
※本アプリにおけるキャンペーンは米Appleとは一切関係ありません。

同意して登録へ進む

タップ

5

9:41

利用前登録

▶ お名前(漢字)

▶ フリガナ

▶ 生年月日
年 月 日

▶ 性別
女性 男性 選択しない

▶ 郵便番号

▶ 都道府県

▶ 市区町村

▶ 市区町村以降の住所

▶ 電話番号

登録した情報は、抽選等での景品発送先として利用するため、正しくご記入ください。

登録して応募に進む

【入力項目】(全項目必須)

- ①お名前(漢字)
- ②フリガナ
- ③生年月日
- ④性別
- ⑤郵便番号
- ⑥都道府県
- ⑦市区町村
- ⑧市区町村以降の住所
- ⑨電話番号

10. ポイントについて（ポイント交換）

ポイントの利用/利用前登録

獲得したポイント数に応じて抽選に応募することが出来ます。

※抽選への応募は、18歳以上の久留米市民の方が対象となります。

6

利用前登録

お名前(漢字)
フリガナ
生年月日
性別
郵便番号
都道府県
市区町村
市区町村以外の住所
電話番号

登録した情報は、抽選等での景品発送先として利用するため、正しくご記入ください。

登録して応募に進む

7

ポイント利用

利用可能ポイント 1,234 P
※ホームからのポイント反映が遅れることがあります。

久留米特産物セット 必要ポイント数 500P

久留米市特産セット 懐かしの味 ラーメン詰め合わせ 必要ポイント数 500P

TEXTTEXTTEXTTEXTTEXT TEXTTEXTTEXTTEXTTEXT TEXTTEXTTEXTTEXTTEXT 必要ポイント数 500P

タップ

タップ

8

ポイント利用

久留米特産物セット 必要ポイント数 500P

image

・商品
久留米特産物セット

・対象年齢
18歳以上(申込日時点)

・商品説明
久留米市特産物詰め合わせ

・抽選・当選発表
厳正な抽選の上、当選者を決定し、発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。

・その他
▶ご入力いただいた個人情報、抽選・当選者への景品の発送・本件に関する抽選前に利用させていただきます。個人情報を利用者の同意なしに業務委託先(アメリカポケットマーケティング株式会社)以外の第三者に開示・提供することはありません。
▶応募に利用した保有ポイントは抽選に当選した場合であっても戻戻しすることはできませんのでご注意ください。

対象年齢: 18歳~

応募する

タップ

9

ポイント利用

久留米特産物セット 必要ポイント数 500P

image

応募内容に間違いはありませんか?
一度確定するとポイントを戻すことはできません。

キャンセル はい

タップ

ポイント利用

久留米特産物セット 必要ポイント数 500P

image

ご応募ありがとうございます!
当選は商品の発送をもってかえさせていただきます。

OK

1 1. 機種変更を行う場合（引継ぎコード発行）

引継ぎコード発行

※機種変更など、端末の引継ぎ時に必要となりますので、あらかじめ設定をお願いします。

1



タップ

2



タップ

3

A screenshot of the '引継ぎコード発行' (Transfer Code Issuance) screen. It contains the following text:

引継ぎID・パスワードを登録すると、他端末にデータを移行することができます。

※ウォークコースのチェックイン記録はリセットされます。
[ポイントは引き継がれます。]
※歩数・ポイント補正等が入ることがございます。
予めご了承ください。

ご自分の登録したいID・パスワードを以下に入力してください。

※ID・パスワードを忘れてしまった場合、データを引継ぐことは出来ませんので、メモに控えて大切に保管してください。

▶ID
6文字以上の半角英数字

▶パスワード
8文字以上の半角英数字

▶パスワード(確認用)
上記と同じものを入力してください

登録

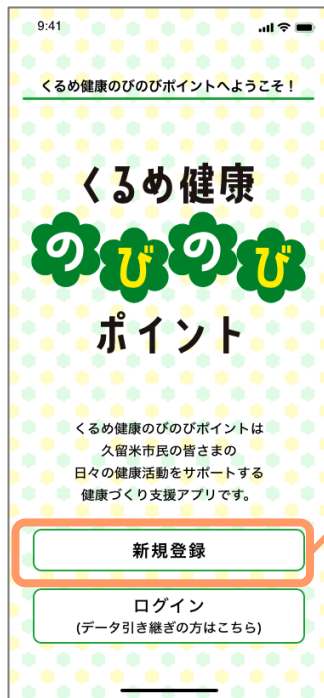
※バーチャルウォークコースのチェックイン記録はリセットされます。
※歩数・ポイント補正等が入ることがございます。予めご了承ください。
※ID、パスワードを忘れてしまった場合、データを引継ぐ事はできませんので、メモに控える等して、大切に保管ください。

12. ログインID・パスワードをお忘れの方

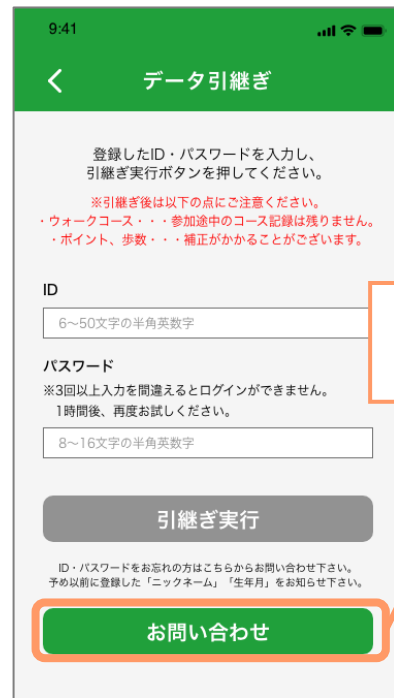
アプリ内のお問い合わせ

スマートフォンの機種変更等でログインID、パスワードを忘れてしまった方は以下の方法でお問い合わせください。

1



2



3



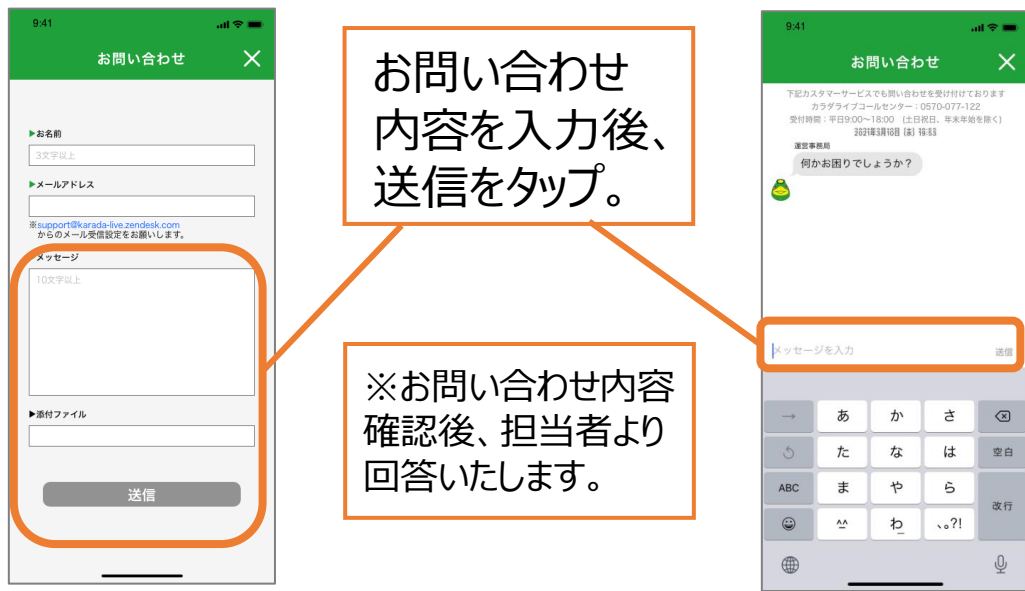
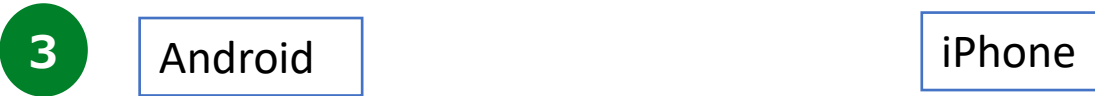
- ・メールアドレス
- ・お問い合わせ内容に以下を記入
 - └ ログインIDとパスワードの再発行
 - └ ニックネーム
 - └ 選択した居住地
 - └ 生年月日

内容を確認後、送信します。

13. お問い合わせ

アプリ内のお問い合わせ

なにかご質問がございましたら、以下の方法でお問い合わせください。



カラダライブコールセンター

お電話の際は「久留米市」または「くるめ健康のびのびポイント」とお伝えください。担当者より折り返しご連絡いたします。

0570-077-122 受付時間 平日9:00～18:00
(土曜・日曜・祝日・年末年始(12月29日～1月3日は除く))

14. (補足) 歩数が計測されないときは (Android)

Google Fitの連携確認

※くるめ健康のびのびポイントの歩数がカウントされていない場合、アカウント選択が違ってないか、Google Fitとくるめ健康のびのびポイントが連携しているか、アクティビティ指標の記録がONになっているか、ご確認ください。

1



Google Fitを開き、右下の『プロフィール』を押します。

2



アカウントは、プロフィール画面にて確認が可能です。くるめ健康のびのびポイントで選択しているアカウントと同じか確認をお願いします。次に右上の『歯車』を押します。

3



設定画面にて「アクティビティの記録」がONになっているか確認をお願いします。次に『接続済みのアプリを管理』を押します。

4



接続済みのアプリ画面にて「くるめ健康のびのびポイント」が表示されているか確認をお願いします。

15. (補足) 歩数が計測されないときは (iOS)

iOSの設定確認

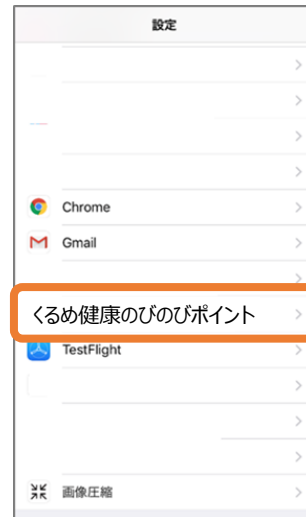
※くるめ健康のびのびポイントに歩数が連携されない、お知らせ通知が来ない等、正常に動かない場合は、以下設定をご確認ください。

1



iPhoneの設定を開きます。

2



インストールしたアプリの中から『くるめ健康のびのびポイント』を選択します。

3



モーションとフィットネス、Siriと検索、通知、モバイルデータ通信がすべてONになっていることを確認してください。