

WEBウォーキング大会 健康チャレンジログ

今回から
手入力不要の
アプリ版
になりました！

今年の秋は、運動不足の解消にWEBウォーキング大会「健康チャレンジログ」に参加してみませんか？目標達成で、「愛媛県産せとか」をゲットできます！
皆様のチャレンジをお待ちしております！

開催概要

エントリー期間：9月12日（金）～10月11日（土）
イベント期間：10月12日（日）～12月10日（水）〈60日間〉
参加対象者：被保険者・被扶養配偶者・18歳以上のその他被扶養者
歩く目標：1日8,000歩以上
目標達成賞：柑橘の大トロといわれる濃厚な食味の「愛媛県産せとか」（2月下旬発送開始）
目標達成条件：150ポイント以上＋期間中の累積歩数36万歩以上

留意点

海外でご利用の方は日本のアプリストアでダウンロードしてください。

〈Android〉

別添の設定方法を参照してください。

〈iPhone：①か②の方法で！〉

①AppStoreで「健康チャレンジログ」を検索してダウンロード。

②QRコードから「健康チャレンジログ」をダウンロード。

※健康チャレンジログを立ち上げた時、「健康チャレンジログは通知を送信します。

よろしいですか？」と表示されたら、許可をしてください。

※ログイン時、「ヘルスケア認証のお願い」が表示されたら、歩数の連携を許可してください。

※ヘルスケアと同期できるスマートウォッチ等での歩数測定も可能ですが、スマホで歩数測定が原則のため、ヘルスケアとスマートウォッチ等との同期はサポート対象外ですので、各メーカーにお問合せください。

※指定の歩数計アプリの歩数が自動で反映されますが、2日前までの歩数は修正ができます。



エントリー方法

①毎回ご自身でのエントリーが必要です。

健康チャレンジログを立ち上げ、「キーワード入力と今回のエントリーはこちら」をタップ後に「キーワード」の入力欄が表示されたら、当健保のキーワード「06135982」を入力してください。

②キーワードを入力後の表示されるページで、所定事項を入力しエントリーしてください。

利用方法

①エントリー完了後、エントリー時に入力したID（メールアドレス）とパスワードでログインしてください。

②歩数に加え、健診の受診意向や身長・体重の入力、健康クイズなどでポイントを付与します。

詳細はアプリ内の説明を確認してください。

※問合せは事務局（terumo@challenge-log.net）まで

健康チャレンジログ（Android 9以上で利用可）設定方法

健康チャレンジログは「ヘルスコネクト」アプリに対応しました。

<Google Fitで歩数を測定する方>

ヘルスコネクトとGoogle Fitのインストールと初期設定に加え、各アプリ（ヘルスコネクト、Google Fit、健康チャレンジログ）の同期が必要です。

<ヘルスコネクトと同期できるスマートウォッチ等で歩数を測定する方>

スマホで歩数測定が原則のため、ヘルスコネクトとスマートウォッチ等との同期はサポート対象外ですので、各メーカーにお問合せください。

設定手順

1. Google Play から「ヘルスコネクト」アプリをインストール
※インストール後、スマホにヘルスコネクトのアイコンは表示されないため、
スマホの「設定」ですべてのアプリを表示後、ヘルスコネクトを選択し初期設定をしてください。
2. ヘルスコネクトの初期設定（※下記ご参照）
3. Google Play から「Google Fit」アプリをインストール
4. Google Fit の初期設定（※下記ご参照）
5. Google Fit とヘルスコネクトの同期（※下記ご参照）
6. Google Play から「健康チャレンジログ」アプリをインストール
7. 健康チャレンジログとヘルスコネクトの同期（※下記ご参照）



健康チャレンジログ



ヘルスコネクト



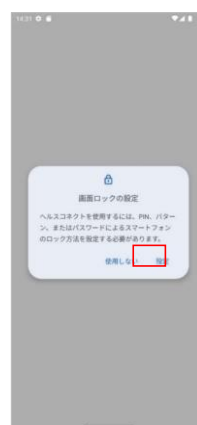
Google Fit



ヘルスコネクトの初期設定



1. Google Play でヘルスコネクトをインストール後、「開く」をタップします。



2. 画面ロックの設定が表示された場合、「設定」をタップして設定を行ってください。



3. 「使ってみる」をタップします。



Google Fitの初期設定



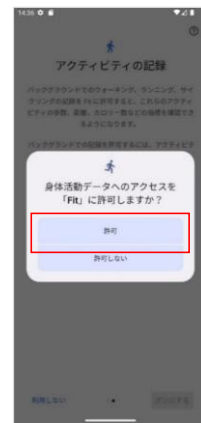
1. 「[アカウント名]で続行」をタップします。



2. 各種項目を入力し、「次へ」をタップします。



3. 「オンにする」をタップします。



4. 「許可」をタップします。



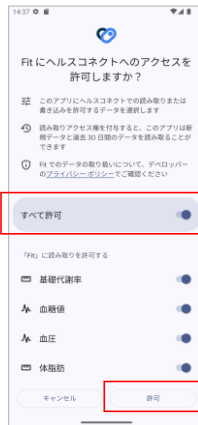
Google Fitとヘルスコネクットの同期



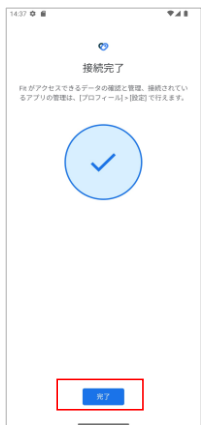
1. Google Fitを起動し、「Fitとヘルスコネクットを同期する」の「始める」をタップします。



2. 「設定」をタップします。



3. 「すべて許可」をONにし、「許可」をタップします。



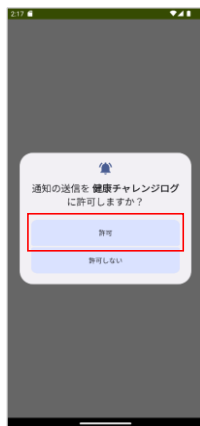
4. 「完了」をタップします。



健康チャレンジログとヘルスコネク트의同期



1. 健康チャレンジログを起動し、「OK」をタップします。



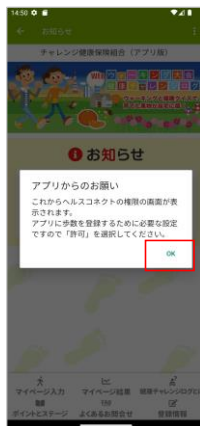
2. 「許可」をタップします。



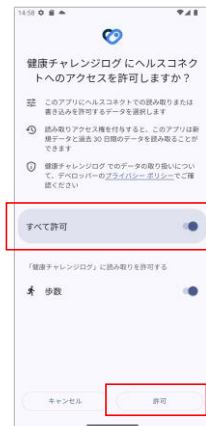
3. 「キーワード入力、今回のエントリーはこちら」をタップします。その後、画面の内容に従ってエントリーを行ってください。



4. エントリー完了後、IDとパスワードを入力して「ログイン」をタップします。



5. 「OK」をタップします。



6. 「すべて許可」をONにし、「許可」をタップします。