

健康増進アプリ『QOLism』利用による 健保組合主催ウォーキングイベントを開催します

昨年に続き本年もウォーキングイベントを実施致します。
この機会でのアプリ新規登録を含め、多くの方の参加をお待ちしております。
被扶養者（ご家族）の方にもお伝えいただき、ふるってご参加下さい。

- **対象者** 川崎汽船健康保険組合被保険者（ご本人）及び20歳以上の被保険者（ご家族）
- **期間** 2024年10月1日(火) から 10月31日(木)まで [31日間]
- **実施要領** 健康増進アプリ『QOLism』にて 期間中の歩数を記録
期間中の1日当たり平均歩数 男性 9,000歩・女性 8,500歩超え 達成を目指す
達成者の中から抽選にて30名にQUOカード 5 0 0 円分を進呈（贈呈）
- **参加方法** QOLismアプリ登録後（登録済の方は不要）、ホーム画面より参加エントリー
登録・エントリー方法：添付別紙ご参照

スマホ内歩数記録アプリ（iPhone：ヘルスケア／Android：Google Fit）と連携している他、
各種ウェアラブルデバイス（Fitbit, SUUNTO, LANCEBAND等）と連携可能。
保存されている過去の歩数データ（10/1以降）を、QOLismアプリに連携すれば当イベントにも
データ反映可能な為、最終日前日（10/30）までエントリー可。
歩数データは、毎日05：00時点で集計され、[アプリ起動により更新されます。](#)

- **データ参照** 個人累計歩数及びランキングは、アプリ画面にて参照可（ニックネーム表示）
平均歩数は、【累計歩数÷10/1以降の日数】にて算出ください
註）目標達成を目指すものであり、歩数自体の多寡を競うものではありません

◇ アプリ登録・操作・イベント詳細等のお問い合わせ先：QOLeas社ヘルプデスク <qolism.info@qolead.com>

- 添付)
- ①ウォーキングイベント案内
 - ②イベント参加方法
 - ③wearable devices 連携
 - ④期間中の歩数データ確認

以 上

秋のウォーキングイベント

2024



開催期間

10月1日(火) ▶ 10月31日(木)

エントリー期間

9月17日(火) ▶ 10月30日(水)

イベントに参加して当てよう!

QUOカード500円分が当たる!

目標歩数達成者の中から抽選により30名

男性

イベント期間中の平均歩数9,000歩以上
(累計歩数279,000歩以上)

女性

イベント期間中の平均歩数8,500歩以上
(累計歩数263,500歩以上)

エントリー方法



1 アプリホームの「歩数イベント」ボタンをタップ



2 イベント一覧から該当のイベントをタップ



3 「参加する」をタップ



動画で解説

アプリ登録方法

健康保険証をご準備ください



QRコードの読み取り、またはアプリストアで「QOLism」と検索し、アプリをインストール。



1 「新規登録」をタップして、利用規約に同意



2 メールアドレスとパスワードを設定



3 団体コード06138101を入力



4 ユーザー情報(必須項目)を入力

健康保険証番号、資格区分など ※姓(漢字)、名(漢字) 担当者コードの入力は不要



5 ニックネーム・歩数の同期方法などを設定



動画で解説

登録完了! 使ってみよう!



※QRコード®は(株)デンソーウェーブの登録商標です

ウォーキングイベント参加方法



参加方法



ホーム画面のスニーカーアイコンを
タップしてイベントページへ
参加するイベントのバナーをタップ



参加するボタンをタップ

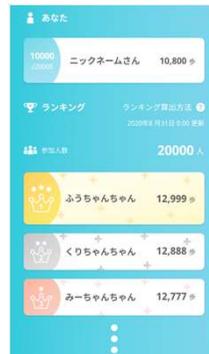
全て表示

イベントの詳細・実施期間・ルール・注意事項
を確認することができます

途中からアプリ登録・イベント参加をしても、
イベント開催初日まで
遡って集計されるから
安心ですね♪



ランキング算出方法



イベントでは累計歩数のランキングが表示されます
※当イベントは歩数の大小・順位を競うものではありません



累計歩数とは？

イベント期間中に歩
いた全ての歩数



ランキングの更新はいつ？

1日に1回更新されます



集計対象は？

アプリに連携されている
期間中の歩数

ウェアラブルデバイス連携方法①

データ取得方法の選択

歩数を取得するアプリケーションやデバイスを選択しましょう。

ヘルスケアから取得

※データのアクセスが表示された場合「歩数」をONにして『許可』を選択してください。
 ※設定エラーの場合、「iPhoneの設定 > プライバシー > ヘルスケア > QOLism」で「歩数」をONにしてください。

その他連携方法

お持ちのデバイスから歩数を連携できます。
 ※連携には各社が提供するアプリも必要です。


Apple Watch
 +
 ヘルスケア


Fitbit
 +
 Fitbitアプリ

連携するデバイスを変更するには？



歩数ゲージをタップ



現在のデータ取得方法をタップ

- ・ヘルスケア (iOS端末)
- ・Apple Watch + ヘルスケア

ヘルスケアから取得



Apple Watch
 +
 ヘルスケア

ヘルスケアから取得、もしくはApple Watch + ヘルスケアを選択してタップ



歩数をオンにして許可をタップ

他にも連携できるデバイスが色々あるので、確認してみてくださいね



ウェアラブルデバイス連携方法②

データ取得方法の選択

歩数を取得するアプリケーションやデバイスを選択しましょう。

Google Fitと連携する

アカウントの選択: Google

※Google Fitから取得するためにはGoogleへのログインが必要です。
※アカウントの選択が求められた場合は、表示されているGmailを選択ください。複数表示されている場合は、いずれかを選択ください。

その他連携方法

お持ちのデバイスから歩数を連携できます。
※連携には各社が提供するアプリも必要です。



Fitbit
+
Fitbitアプリ



SUUNTO
+
SUUNTOアプリ

Google Fit (Android端末)



アカウントの選択: Googleをタップ



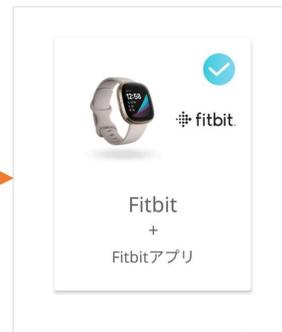
身体活動データへのアクセス「許可」をタップ



使用するアカウントを選択してタップ

歩数が連携できなかつたら
連携元のアプリ※に歩数が同期されているか確認してください。
※Google Fitの場合はFitアプリ、Fitbitの場合はFitbitアプリです。

Fitbit + Fitbitアプリ



Fitbit + Fitbitアプリをタップ



メールアドレスとパスワードを入力の上サインインをタップ



送られてきた認証コードを入力し確認をタップ



全て許可するを選択し「許可」ボタンをタップ



イベント期間の歩数確認方法



ホーム画面のスニーカーアイコンをタップしてイベントページへ参加するイベントのバナーをタップ

表示されるデータは
・イベント初日からの累計歩数
・QOLismアプリに登録されたニックネーム



下にスクロールするとランキングが表示されます
※全参加者中の順位・歩数が表示されますが、これを競うものではありません

