

\\ スマホで健康管理するだけ! //

毎月
250名様
¥1000
分

Amazonギフト券が 当たります!



ポイントを貯めて応募すると

※18歳以上の健康保険組合加入者の方が対象。
景品は毎月1回の抽選となります。



16種類以上の健康管理機能!

 **GUPPY healthcare**

各アプリストアで検索、または QRコードで
アクセスしてダウンロードしてください。

グッピーヘルスケア



参加方法

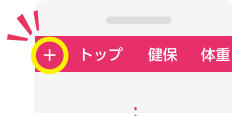
STEP1

アプリをダウンロード



STEP2

「+」から健康保険組合を選択



健康保険組合 タップ!

STEP3

該当の健康保険組合を選んで
必要事項を入力し、利用開始をタップ

※「保険者番号」、「記号」は保険証を参照



利用開始 タップ!

獲得ポイントと基準

起動

アプリを起動したら

10pt

毎日

歩数

5,000歩 毎日

10pt

10,000歩 毎日

さらに 10pt

体重

体重を記録したら

10pt

毎日

食事

食事の写真を投稿したら

10pt

毎日

禁酒

禁酒したら

10pt

毎日

睡眠

睡眠時間を記録したら

10pt

毎日

イベント

イベントに参加したら

100pt

毎回

健診受診

健診を受診したら

500pt

年2回まで

特定保健指導受診

特定保健指導を受診したら

500pt

毎年

特定保健指導完了

特定保健指導が完了したら

500pt

毎年



上記活動で 1000pt以上貯めると
当選確率アップ!

1,000ポイント以上

貯まったら...



応募

Amazonギフト券
1,000円分が
毎月250名様に

当たる!!

アプリに関するお問い合わせ先

GUPPY 株式会社グッピーズ 〒163-0013 東京都新宿区西新宿 1-25-1 新宿センタービル 13F

☎ 03-5908-3883

✉ hc@guppy.co.jp


グッピーヘルスケア for健保 アプリQ&A



株式会社グッピーズ

(ver. 2019.9.26)

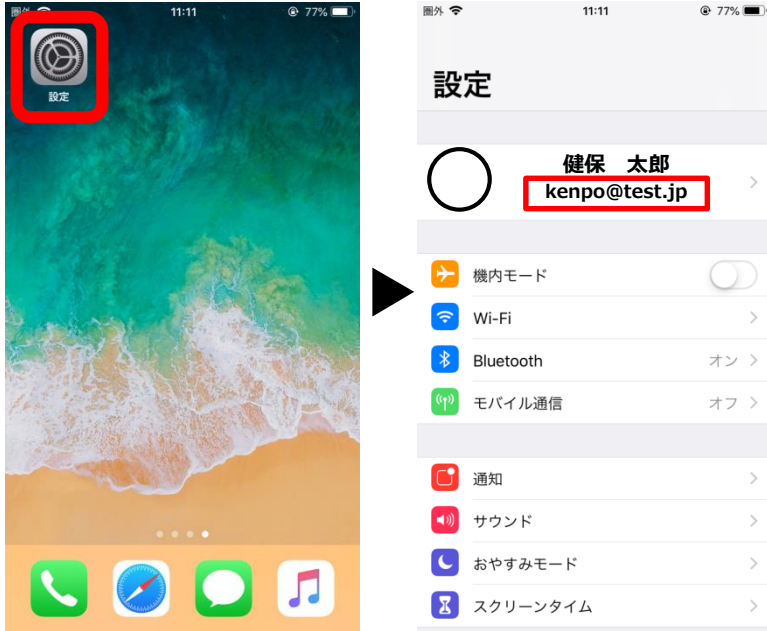
アプリのインストール方法 (iPhone)

- 1) App Storeをタップ
- 2) 右下の検索をタップし「グッピーヘルスケア」と入力し検索
- 3) 【入手】もしくは  をタップしてインストール開始

・ OSバージョン | iOS 9～
・ 機種 | iPhone5s以降
※検索後にストアに表示されないものは対象外です。OSのバージョンアップによって使えるようになる可能性があります。





Apple IDの確認方法 (iPhone)



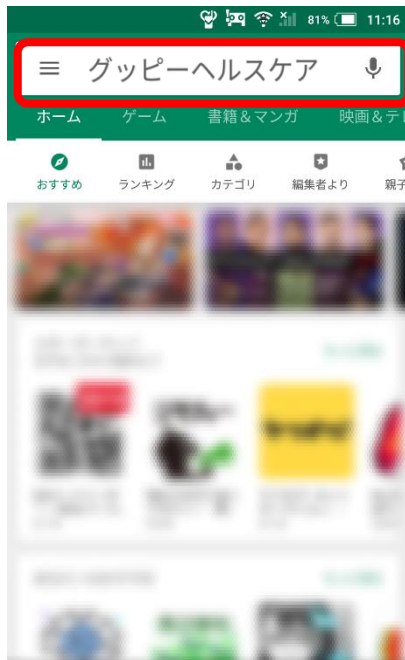
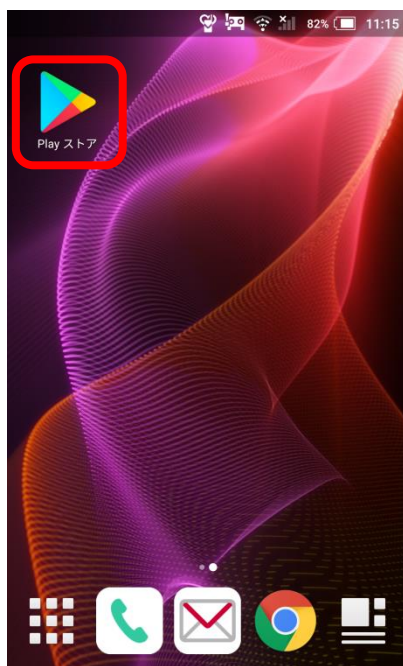
① iPhoneの[] をタップ

② 設定画面上部の名前(健保 太郎)の下に「AppleID(kenpo@test.jp)」が表示


アプリのインストール方法 (Android)

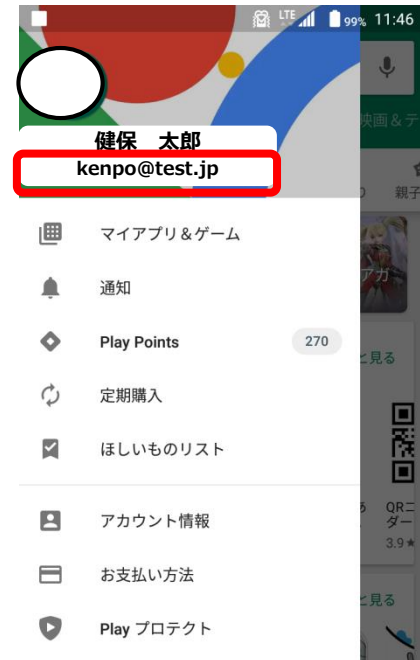
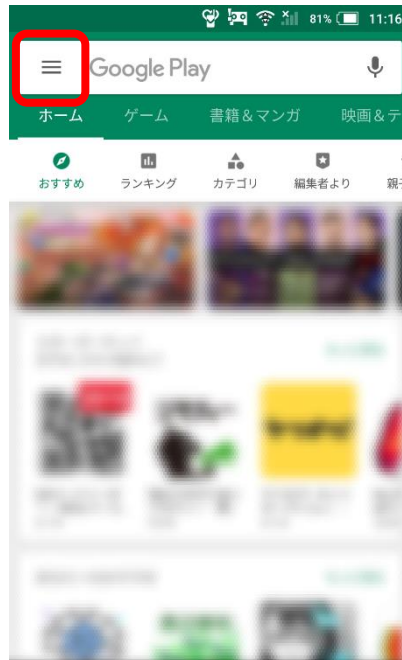
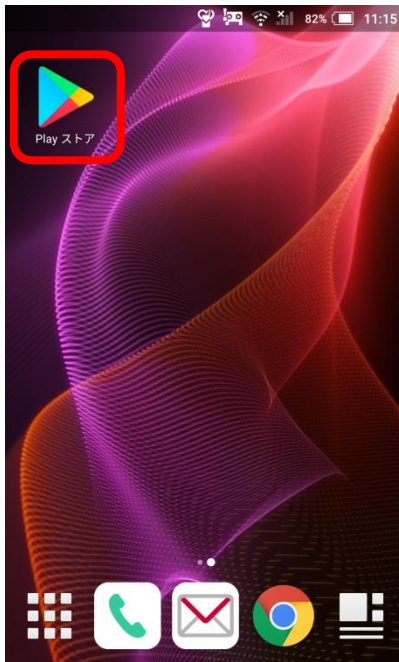
- 1)  をタップ
- 2) 上部の検索窓に「グッピーヘルスケア」と入力
- 3) 「」をタップしてインストール開始

・OSバージョン | 4.4～
※一部対象外の機種あり。
※検索後にストアに表示されないものは対象外です。OSのバージョンアップによって使えるようになる可能性があります。



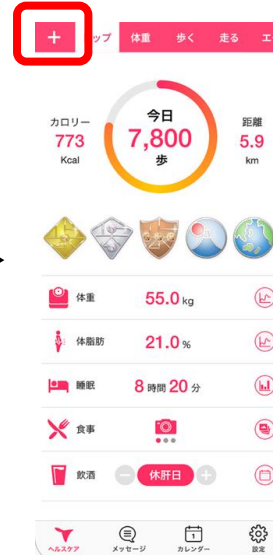
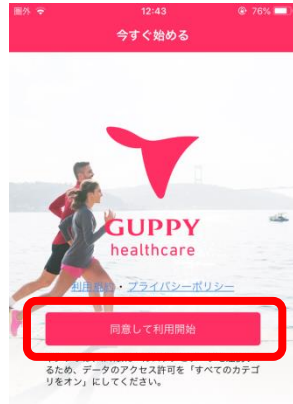
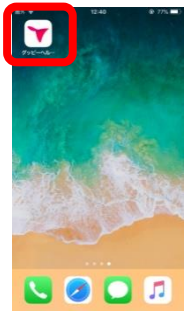
Google アカウントの確認方法 (Android)

- 1)  をタップ
- 2) 左上の「三」をタップ
- 3) 左上の氏名の下メールアドレスがGoogleアカウント



[for健保]参加方法

<iPhone>



<Android>



- 1) アプリを起動
(Androidの場合はアカウントを選択)
- 2) 「利用規約」確認後「同意して利用開始」をタップ
- 3) プロフィールを入力
- 4) トップ左上「+」をタップ、「健康保険組合」を選択
- 5) 該当の健康保険組合名をタップ
- 6) 「保険者番号」「記号」「名前」など必要事項を記載
- 7) 利用開始



使い方ガイドの確認方法

スクロール

The sequence of screenshots illustrates the steps to access the Usage Guide:

- Home screen: Tap on the point display (1,510pt).
- Health Points screen: Scroll down and tap on the 'Usage Guide' button.
- Health Points screen: Tap on the 'Usage Guide' button (highlighted).
- Usage Guide screen: Tap on the 'Usage Guide' button at the bottom.

- 1) アプリトップ画面から、上部のポイント表示部分をタップ
- 2) 画面を下へスクロール
- 3) 「使い方ガイド」をタップ
- 4) 使い方やポイント獲得方法を確認

コンテンツの並び替え

1) アプリトップ画面から、右下の「 設定」をタップ

2) 「コンテンツの並び替えと表示・非表示」をタップ


3) 移動したいコンテンツの「≡」をタップ

4) 「≡」をタップしたままスライドして、表示させたい箇所へ持っていく

5) 移動完了

コンテンツの表示・非表示設定



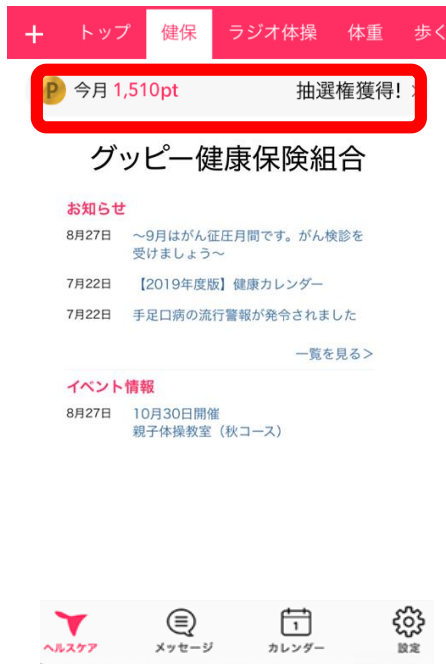
- 1) アプリトップ画面から、右下の「 設定」をタップ
- 2) 「コンテンツの並び替えと表示・非表示」をタップ
- 3) 非表示にしたいコンテンツの「-」 / 表示させたいコンテンツの「+」をタップ
- 4) 非表示 / 表示設定完了

イベントの参加・報告方法



- 1) アプリトップ画面から、上部のポイント表示部分をタップ
- 2) 画面中央の「 イベント参加 」をタップ
- 3) 5ケタのコード番号を入力
※コードはイベント会場にて参加者へお知らせください。
- 4) 参加をタップ。イベント参加ポイントが付与されます。

健診結果の記録方法



- 1) アプリトップ画面から、上部のポイント表示部分をタップ
- 2) 画面中央の「**健康診断受診**」をタップ
※自動で記録画面まで遷移します。
- 3) 健診表を写真撮影していない場合は「**カメラから健診表を記録する**」から健診表を写真で記録
健診表を写真撮影している場合は「**アルバムから健診表を記録する**」からアルバムからアップロードして記録
- 4) 健診表の記録で「健診受診ポイント」が付与されます。

ポイント獲得条件

1.アプリを起動	10pt/日
2.歩数5,000歩	10pt/日
3.歩数10,000歩	10pt/日
4.体重記録	10pt/日
5.食事記録	10pt/日
6.禁酒	10pt/日
7.睡眠	10pt/日
8.イベント参加	100pt/回
9.健診受診	500pt/回※年2回上限
10.特定保健指導受診	500pt /年
11.特定保健指導完了	500pt /年

※禁酒に関してはプロフィール設定にて「飲酒しない」に設定いただいた方は、自動的に翌日10ptが付与されます。

※特定保健指導は3月末締めで、健康保険組合より該当者のリストをグッピーズへ提供いただき、システムにて4月以降に該当者へポイント付与します。(リストのフォーマットはグッピーズより送付します。)

月に1,000pt以上貯めると、翌月Amazonギフト券1,000円分が250名に当たる抽選に参加できます。(各健康保険組合ごとに250名/月)

よくある質問

○ポイントが反映されない

ポイントはシステム上、しばらく経って付与されることがあります。
アプリ内のリロード、またアプリを再起動でポイント反映のリアルタイム性は高くなります。

○機種変更について

【Android→Androidの機種変更】

変更前機種の [設定] > [他のデバイスへのアカウント移行] から、「アカウント移行キー」を発行してください。新しい端末でアプリを登録する際に アカウント移行キーを入力するとデータを引き継げます。

【iPhone→iPhoneへの機種変更】

同じApple IDを使用していれば、手続きは不要です。
機種変更した場合でも、アプリを再インストールしていただけましたら、これまでと同じように利用できます。

※アプリはApple IDにサインイン後、インストールしてください。

【iPhone⇔Android間での機種変更】

データを引継ぐことはできかねますのでご了承ください。
その際は改めて新規登録をお願いいたします。

よくある質問

OTOPの消費カロリーは？

“歩いて消費したカロリー+基礎代謝”が表示されています。

※基礎代謝：生きているだけで消費されるカロリー

○歩数の取得方法

iPhone端末であれば「ヘルスケア」、Android端末であれば「Google Fit」から歩数を取
得しています。その為、スマートフォンを持ち歩いていないと反映されません。

○歩数計との連携について

iPhone端末であれば「ヘルスケア」、Android端末であれば「Google Fit」と連携可能な
歩数計やウェアラブルをお持ちであれば、スマートフォンを持ち歩いていなくても
計測は可能です。

※ポイントの反映はアプリの起動が必須となります。

○登録メールアドレス・ID・パスワードが分からない

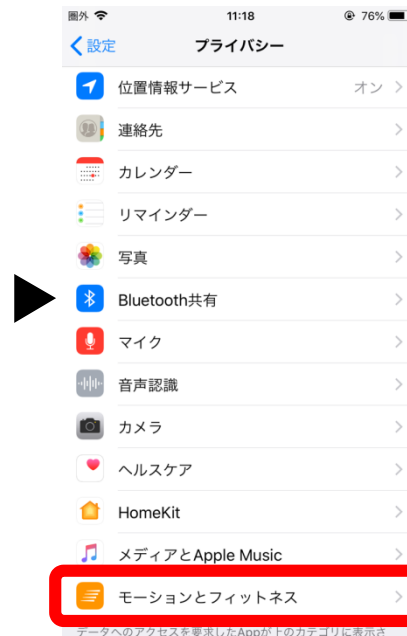
携帯ショップで再設定を行っていただくか、自身でパスワードの再設定等を行っていただ
く必要がございます。

パスワード再設定については30ページ以降に簡単な方法を記載しております。


○位置情報等の認証をOKにしているのか

「ウォーキング」や「医療機関検索」等の機能以外は位置情報がなくても利用可能です。

歩数が取得できない場合の確認方法 (iPhone) - 1

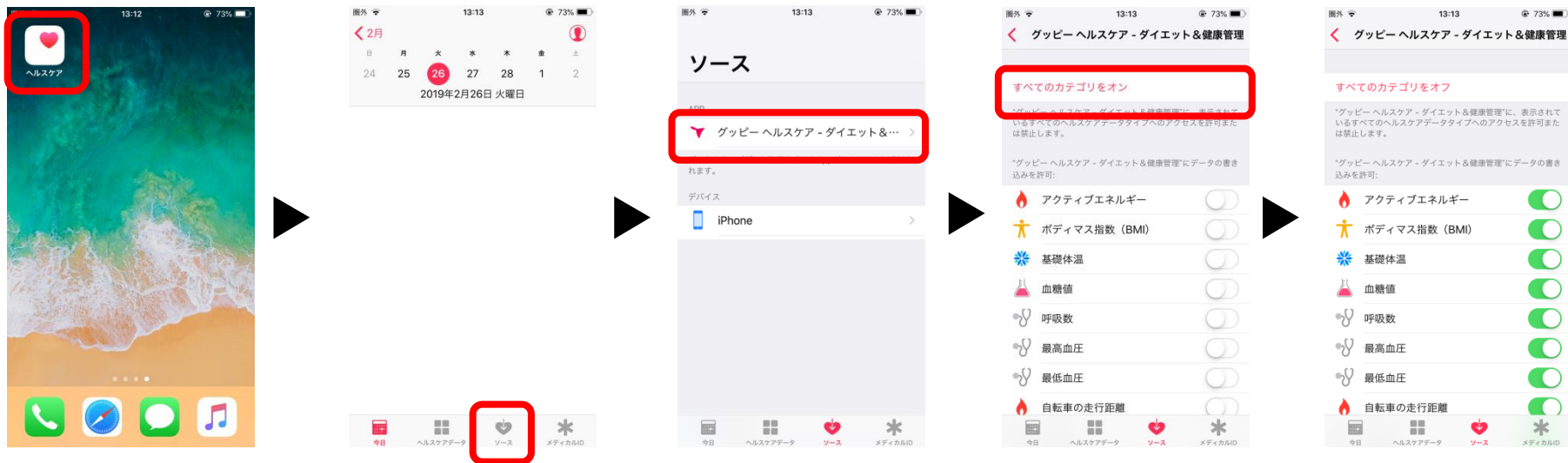


アプリ内に表示されている歩数は、端末のモーション（端末自体の動き）で取得した歩数が表示される仕様です。

- ①  をタップ
- ② プライバシーをタップ
- ③ モーションとフィットネスをタップ
- ④ グッピーヘルスケアの設定をオンにする

歩数が取得できない場合の確認方法 (iPhone) - 2

iPhoneは「ヘルスケア」と連携しています。下記方法で連携を確認ください。



- ① 「ヘルスケア」をタップ
- ② 「ソース」をタップ
- ③ 「グッピーヘルスケア」をタップ
- ④ 「全てのカテゴリをオン」をタップ
- ⑤ 歩数をはじめ、各項目がオンになれば完了

歩数が取得できない場合の確認方法（Android） – 1



アカウントの選択

グッピーヘルスケア-ダイエット&健康管理に移動



健保 太郎
kenpo@test.jp

👤+ 別のアカウントを使用

続行すると、あなたの名前、メールアドレス、プロフィール写真がグッピーヘルスケア-ダイエット&健康管理と共有されます。このアプリを使用する前に、アプリの[プライバシーポリシー](#)と利用規約をご確認ください。

Android端末はアプリ起動時Googleアカウントを選択します。選択したGoogleアカウントとGoogle Fitが自動的に連携されます。

歩数が取得できていない場合、

- Google Fit⇔グッピーヘルスケアが未連携
- Googleアカウントにログインできていない

上記の可能性ががあります。

次ページ以降の確認方法を参照ください。

歩数が取得できない場合の確認方法 (Android) -2

Androidは「Google Fit」と連携しています。下記方法で連携を確認ください。



- ①Google Playより「Google Fit」をインストール
- ②Google Fitを起動し、お持ちのGoogleアカウントで続行
- ③基本情報を入力後、プロフィール > ⚙ の順にタップ
- ④「接続済みのアプリを管理」をタップ
- ⑤「グッピーヘルスケア」が表示されていれば連携済み



歩数が取得できない場合の確認方法 (Android) -3

※18ページにて「連携できていなかった場合」の対処方法



- ① Google Fit内「接続済みのアプリ」にグッピーヘルスケアがないことを確認
- ② 「グッピーヘルスケア」アプリを起動
- ③ Googleアカウントを選択
- ④ Google Fitの連携許可画面が表示され「許可」をタップ
- ⑤ Google Fit内の「接続済みアプリ」に追加され、連携が完了