

## 歩数記録方法

### 1) 「KENPOS」トップ画面→毎日の記録→歩数→数値入力(手入力)

**毎日の記録** ミッションを達成してチケットをもらおう！

歩数 ミッション

昨日の歩数を入力して更新するとチケット1枚GET！

実績 歩 目標 歩

入力する >

昨日分のみ入力の場合はこちらから

歩数 ミッション

昨日の体重を入力し更新するとチケット1枚GET！

体重 kg 体脂肪率 %

入力する >

歩数 ミッション

昨日の歩数を入力して更新するとチケット1枚GET！

更新する 中止する

自身の健康記録を見る >

過去分まとめて入力する場合はこちらから編集できます

歩数 編集する

2020/09/14~2020/09/20

9/14 (月) 歩

9/15 (火) 歩

9/16 (水) 歩

9/17 (木) 歩

9/18 (金) 歩

9/19 (土) 歩

9/20 (日) 歩

更新する 中止する

※歩数入力により「KENPOSチケット」が1枚もらえます。(複数日分入力しても1枚/日)

チケット10枚で1回抽選 (ハズレなし) できます。⇒ポイント取得 貯めたポイントで商品と交換できます！！

### 2) KENPOSアプリから連携する場合

KENPOSアプリでは、アプリを起動する事で歩数の自動登録が可能です。

アプリでの自動登録をするには、以下の設定が必要です。

※初回設定時に登録済みの方は再度の登録は不要です。

#### 1.アプリを起動⇒設定



#### 2.目標・データ取得設定



#### 3.iphoneの方はiOSヘルスケア、Androidの方はGoogle Fitを選択

※Fitbitをご利用の方は、Fitbitアプリからの連携も可能です。



※ご利用端末にiOSヘルスケア、Google Fit、Fitbitのアプリがダウンロード済みか必ずご確認ください。

上記3.で選択頂いたアプリがダウンロードされていない場合、歩数連携されません。

※歩数はアプリ起動時に連携されますので、アプリは定期的に起動をお願い致します。

## ◎ KENPOSアプリから手動登録の場合

### 1. アプリを起動⇒記録



### 2. 昨日の歩数を入力する



### 3. 歩数を入力する



## 『KENPOSアプリ』を使ってデータ連携を行うと便利♪

1. KENPOSアプリをダウンロード
2. アプリのプライバシーポリシーを確認し、「同意する」をチェックして「進む」をタップ
3. KENPOSのログインIDとパスワードを入力しログイン
4. アプリの初回設定を行う

※KENPOSサイトで既に設定している場合はその値が表示されます。

5. 歩数・体重データの取得設定を行う

※iOSヘルスケア/Google Fit/Fitbitとの連携には、各アプリのインストールが必要となります。各アプリがインストールされていない場合は数値の取得は行われません。

※歩数・体重の数値の連携はKENPOSアプリ起動時に行われます。

KENPOSアプリを定期的に起動させてください。



※ Apple, Apple ID, iPad, iPhone, iPod touch は米国およびその他の国々で登録されたApple Inc.の商標で、App StoreはApple Inc.のサービスマークです。  
 ※ Android, Google Play, Google Playロゴは、Google Inc.の商標です。

## アプリでできること

- ① 各健康記録がアプリから入力できます。

歩数、体重の数値はiOSヘルスケア/Google Fit/Fitbit から連携可能。その他の健康記録はKENPOSサイト同様、ミッションカードから入力できます。  
 ※食事記録は「あすけん」、運動記録は「WEBGYM」との連携が必要です。



- ② アプリ起動で「アプリ起動ボーナス」(KENPOSチケット) がもらえます！

貯まったチケットを使ってポイントが当たる抽選会に参加可能。ポイントが貯まったら商品と交換できます！  
 ※ご所属の法人・団体により商品ラインナップは異なります。



- ③ アプリで「お知らせ」を確認できます。

新着のお知らせが届いたら、アプリ内でバッジが表示されます。



- ④ アプリで一度ログインすれば、KENPOSライトへのアクセスはログインID、パスワードの入力は不要。KENPOSサイトへ楽々アクセス！

※ご所属の法人・団体によってはご利用いただけない機能もございます。

