

けんこうマイレージ アプリの使い方

のとピット事務局
(NTTドコモビジネス・石川県)

目次

- はじめに (P3)
- ホーム画面のみかた (P4)
- 記録をつける (P5)
- グラフを見る (P6)
- ミッションについて (P8)
- マイページのみかた (P10)
- 健康診断結果の登録 (P11)
- お知らせの確認方法 (P12)
- 写真投稿機能について (P13)
- ランキングについて (P20)
- フレンドについて (P21)
- よくあるご質問 (P23)

はじめに

「のとピット」では、「けんこうマイレージ」アプリを利用し、ウォーキングの歩数に応じて自動で「のとピット」ポイントを付与しています。

貯めたポイントは「けんこうマイレージ」アプリに追加され、歩数に応じて獲得したポイントは翌日7時に「のとピット」のポイントに振り替えされます。

ポイント獲得条件

- 3,000歩以上達成 → 2ポイント
 - 5,000歩以上達成 → 3ポイント
 - 8,000歩以上達成 → 4ポイント
- 達成した歩数に応じたポイントが付与されます。

日々のウォーキング



歩数データの連携

けんこうマイレージアプリ



獲得ポイントの連携

のとピット



※本アプリは歩数機能のみ「のとピット」と連携しており、アプリ内のその他の機能とは連携していません。
(歩数連携以外の機能は、アプリ単体の機能として健康管理にご利用いただけますので、日々の健康管理にぜひお役立てください。)

※けんこうマイレージを利用したポイント獲得機能は、七尾市、輪島市、志賀町、穴水町、能登町に在住の方がご利用いただけます。
(珠洲市在住の方は、ご利用いただけません)

ホーム画面のみかた



① ポイント
 お住まいの市町名と獲得したポイントが表示されます。

ポイント獲得条件
 3,000歩以上達成 → 2ポイント
 5,000歩以上達成 → 3ポイント
 8,000歩以上達成 → 4ポイント
 達成した歩数に応じたポイントが付与されます。

② 歩数表示
 歩数、歩行距離・時間、消費カロリーを表示します。「グラフを見る」をタップするとグラフに遷移します。

③ ミッション
 参加者に合わせたミッションを表示します。アプリ継続率向上、様々な機能に触れていただくことを目的としたレベルアップミッションを表示します。表示されるミッションは3つです。
 ※こちらのミッションを達成しても「のどピット」のポイントは付与されません。

④ 記録をつける
 健康のデータを記録することができます。記録できるデータは「体重・体脂肪率・睡眠時間・血圧・血糖値」です。



①②以外の機能は、「のどピット」とは連携しておらず、ポイント獲得等には直接関係ありませんが、「けんこうマイレージ」アプリの機能としてお使いいただけます。ぜひご自身の健康管理にお役立てください。

⑤ メニュー
 スワイプ、もっと見る> でメニューが表示されます。

⑥ 写真投稿
 スワイプ、もっと見る> で写真が表示されます。

⑦ タブバー
 マップ、フレンド、メニューに遷移します。

記録をつける

日々の健康のデータを記録することができます。
記録できるデータは「体重・体脂肪率・睡眠時間・血圧・血糖値・運動」です。



「+記録をつける」を押す



記録する日付/項目を入力する



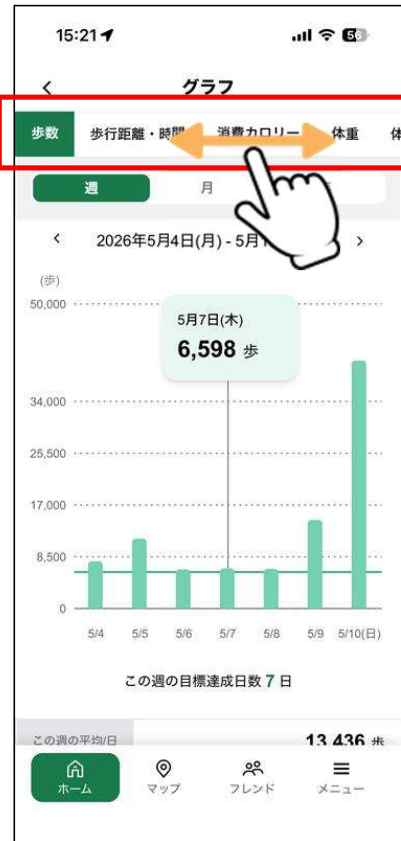
「保存」を押す

グラフを見る（1）

健康データをグラフで表示することができます。目標達成日数の確認も出来ます。



「グラフを見る」を押す



メニューを左右にスワイプし
項目を確認する

【確認できる項目】

■データ連携

歩数 / 消費カロリー / 歩行距離 / 歩行時間

■手入力またはデータ連携

体重 / 体脂肪率 / 睡眠時間 / 血圧

■手入力

血糖値

週間、月間、年間単位で
表示できます。

ミッションについて

ご利用者さまに合わせた健康に関するミッションが表示されます。
健康に関するコラムの閲覧や、様々な機能に触れていただくことを目的とした「レベルアップミッション」にも参加できます。

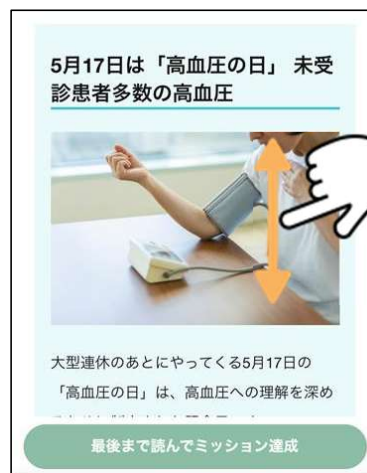


ミッションの「もっと見る」を押す

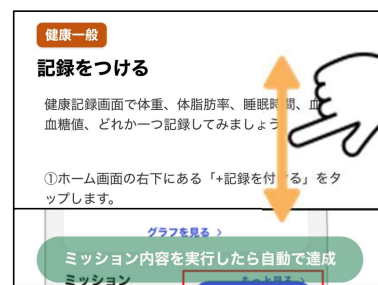


ミッションを選択する

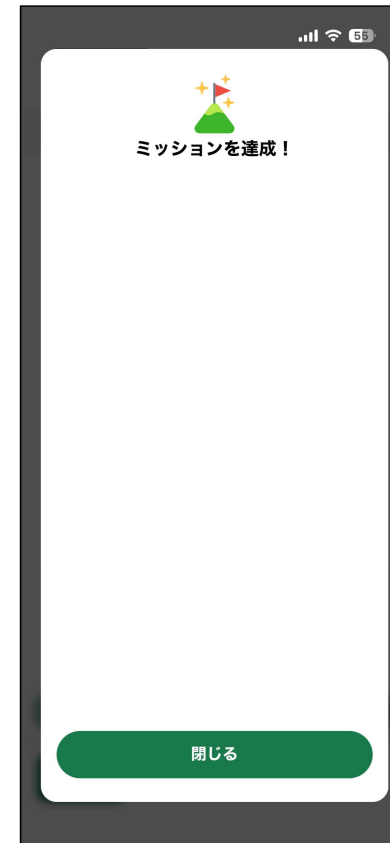
①コラム ②健康一般



①コラム:最後まで読んでミッション達成



②健康一般:記録をつけてミッション達成




※これらのミッションを達成しても「のとピット」のポイントは付与されません。

レベルアップミッションについて

ホーム画面にあるレベルアップミッションをクリアすると、レベルが1つずつ上がっていきます。
レベルに応じて、マイページに表示できる「アイコン」を獲得できます。



階段マークが
レベルアップミッションです 



ミッション内容に応じた操作を
実施します



ミッション達成で、新しいアイコンを
獲得できます



ホーム画面左上のアイコンから、マイページを開くと、
現時点のレベルや獲得したアイコンを確認できます



※これらのミッションを達成しても「のとピット」のポイントは付与されません。

マイページのみかた

ホーム画面左上のアイコンをタップしマイページを開くと、現時点のレベルや獲得したアイコン、IDなど、ご利用者さまの情報を確認できます。



ニックネーム、会員番号、レベル表記

現時点のアイコンとニックネーム、会員番号、レベルが表示されます。
ニックネームの変更は、「プロフィール」
アイコンの変更は、「アイコン一覧」を押下することで、設定できます。

現時点でのレベル

現時点のレベルが表示されます。
レベルアップミッションをクリアすると1つずつレベルが上がっていきます。

次のLvになるためのミッション表示

次のアイコン獲得までの必要Lv数も表示

次のLv以降の表示

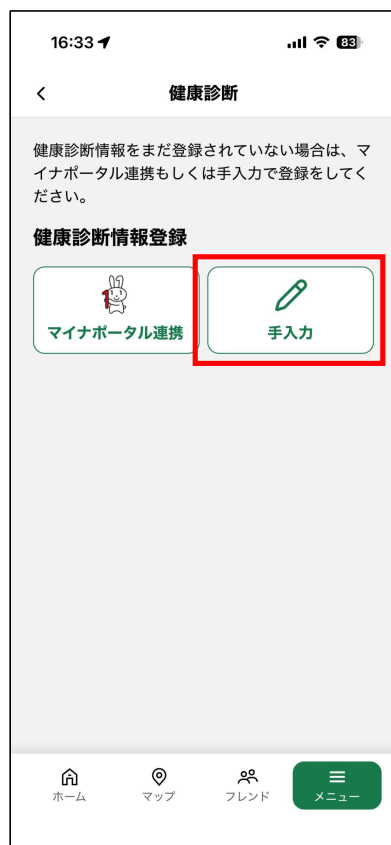
現在のレベル+5まで表示されます。
ミッションの内容やいくつまでレベルがあるかは非公開となっております。

健康診断結果の登録について

健康診断の受診結果をアプリ上に登録・管理することができます。



画面下部の「メニュー」を押下し、「健康診断結果登録」を選択



手入力を選択
マイナポータル連携による情報登録も可能です。



画面に従って診断結果を入力し、次へを押す



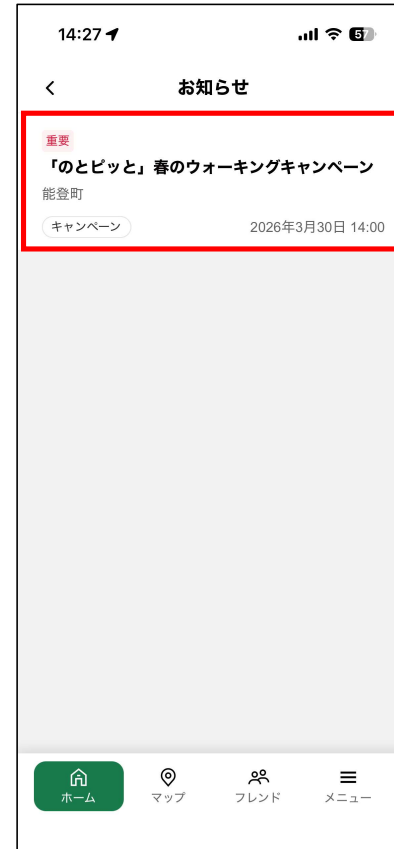
健康診断情報を確認できるようになります

お知らせの確認方法

お知らせが届くとベルマークに赤い印が表示されます。



ホーム画面右上のベルマークを押す



お知らせを確認できます

写真投稿機能について（画面のみかた）

あなたが撮った写真を「けんこうマイレージアプリ」内に投稿できます。
利用者同士で「いいね♥」を送ることができ、ウォーキング中の発見をみんなと共有しながら楽しめる機能です。

写真の表示方法を変更できます

♡をもらった、おくれた一覧を確認したり、自分の投稿した写真を閲覧できます

写真の絞り込み、並べ替えができます

自分や他の利用者が投稿した写真を閲覧できます

シングルビュー
(1枚ずつ見るモード)

タイルビュー
(一覧でみるモード)

写真を投稿する（1）



- ①「メニュー」を押す
- ②「写真投稿」を押す



「投稿」を押す



「写真を撮る」または
「アルバムから写真を選択する」
を押す

「写真を撮る」
を選択する場合



「許可」を押す

「アルバムから写真を選択する」
を選択する場合

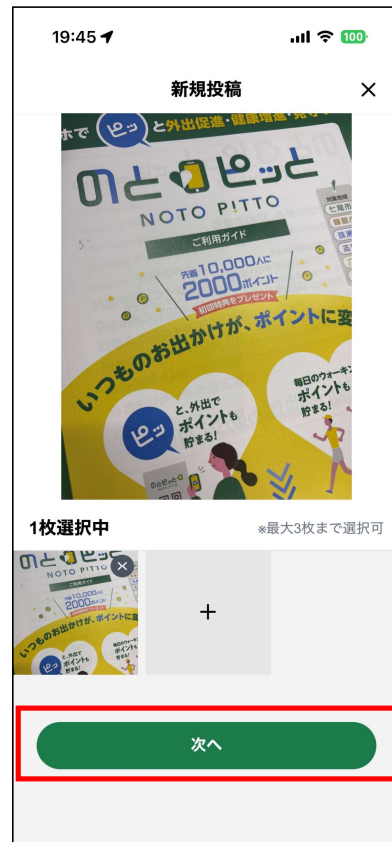


「写真を選択」または
「全ての写真へのアクセスを許可」を押す

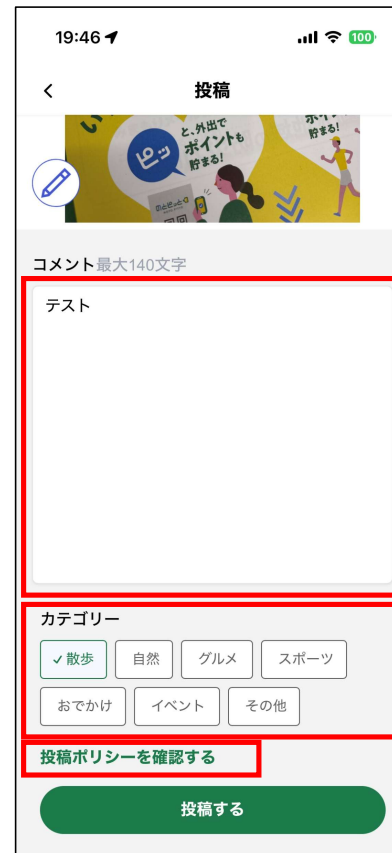
※お使いの機種や、バージョンにより、
表示内容が異なる場合があります

写真を投稿する（2）

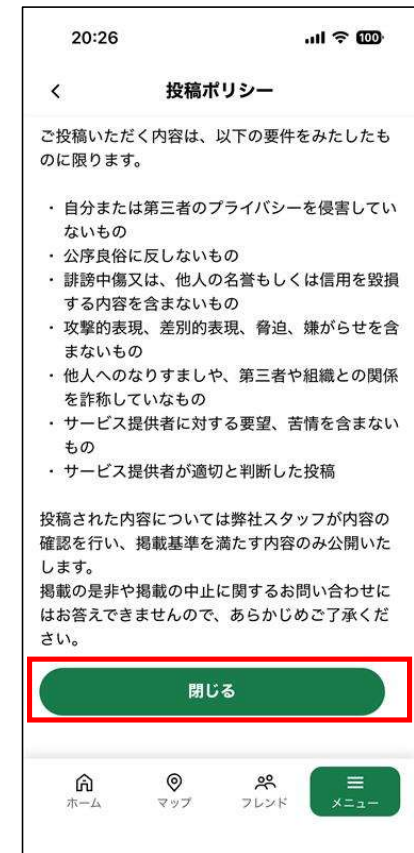
投稿する写真を
アルバムから選択
あるいは
写真を撮影



「次へ」を押す
※画像は最大3枚まで選択可能です



「コメント」を入力し、
「カテゴリ」を選択する
「投稿ポリシーを確認する」を押す



投稿ポリシーをご一読の上、
確認後は「閉じる」を押す

写真を投稿する（3）



「投稿する」を押す



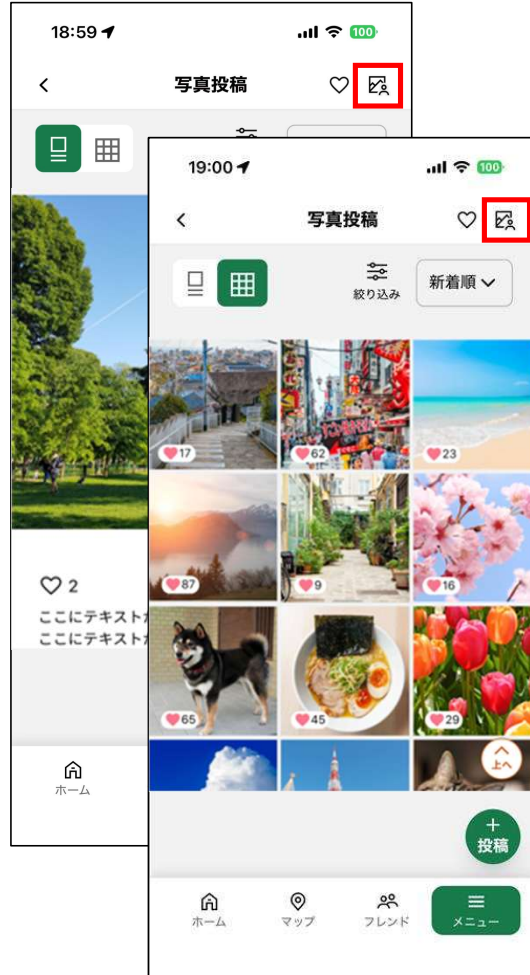
「写真投稿一覧へ戻る」を押す



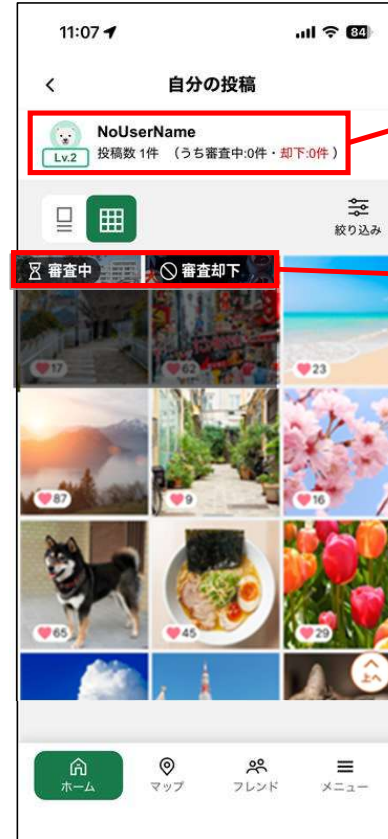
自分が投稿した写真を見る



- ①「メニュー」を押す
- ②「写真投稿」を押す



右上部のアイコンを押す



自分の投稿が表示されます

自分が投稿した件数、審査中の投稿、却下された件数を確認できます。

審査中：現在審査している投稿
審査却下：却下された投稿
表示なし：承認済の投稿

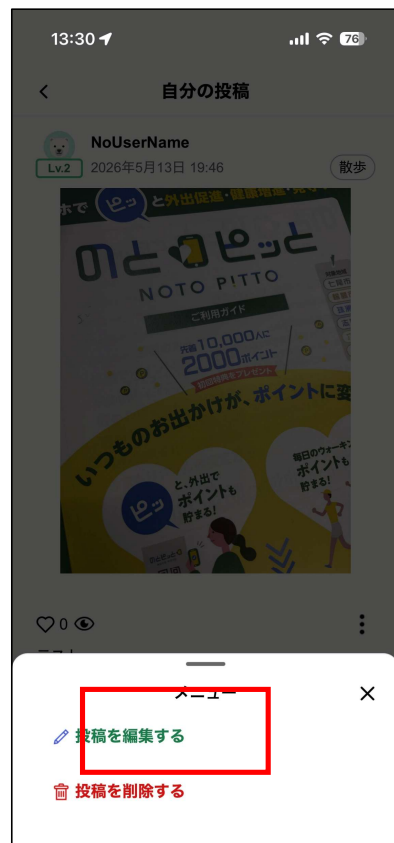
ハートの色の違い
 ♡ 自分がいいねを押していない
 ❤️ 自分がいいねを押した

投稿された写真の審査は、「投稿ポリシー」に則り、掲載可否を判断しています。審査却下の理由に関するお問い合わせにはお答えできませんのでご了承ください。

自分の投稿を編集・削除する

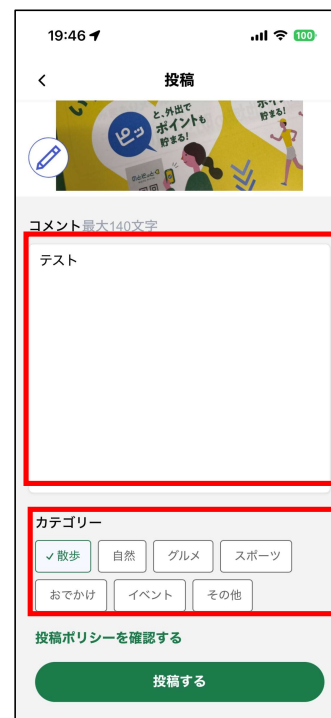


自分の投稿を確認し、
編集・削除したい画像の右下の
「三点リーダー」を押す



メニューが表示されたら、
「投稿を編集する」
または
「投稿を削除する」を押す

投稿を編集する場合



「コメント」または「カテゴリ」を
編集し「投稿する」を押す
※写真はサイズと向きの変更可

投稿を削除する場合

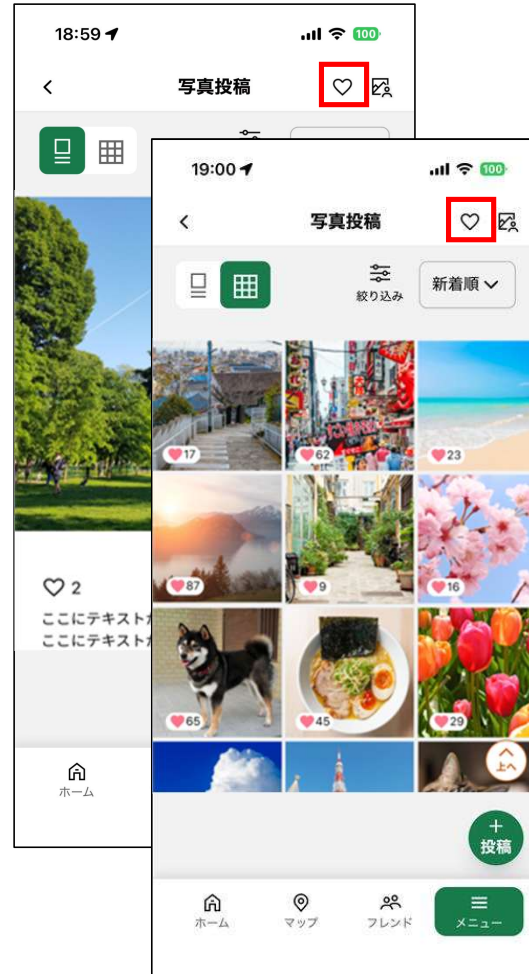


「投稿を削除してよろしいですか？」
が表示されたら「削除」を押す

「いいね」もらった、おくれたを確認する



- 1 「メニュー」を押す
- 2 「写真投稿」を押す



右上部の「♡」アイコンを押す



「もらった」を押すと
いいねもらった一覧が表示されます



「おくれた」を押すと
いいねをおくれた一覧が表示されます

ランキング表示

自分の1週間の歩数、ミッションの達成数について、利用者内でのランキング（順位）を確認できます。



- ① 「メニュー」を押す
- ② 「ランキング」を押す



ランキング

自分の1週間の歩数、ミッション、団体ランキングの順位が確認できます。
(※1週間・・・毎週月曜日0時～現在時刻)

ランキングの種類

歩数・ミッション・団体の各ランキングの詳細を確認できます。

集計期間

日または週のランキングを確認できます。
また、表示期間を左右の<>で切り替えることも可能です。

- 「日」モード：毎日0時～現在時刻
過去1週間分の歩数ランキング履歴を遡って表示
- 「週」モード：毎週月曜日0時～現在時刻
過去4週間分の歩数ランキング履歴を遡って表示

順位の詳細

グループ内または全ユーザーの表示切り替えができます。
「自分を表示」を押すと自分の画面が中央に表示されます。

- グループとは
 - ・毎週月曜0:00に、レベルと歩数が近い人たちをまとめた「グループ」が作成される。
 - ・1グループは30人～39人

※ 対象期間に歩数がゼロの場合、自分のランキングは表示されません

フレンド追加の方法

身近な仲間と歩数を共有できる「フレンド」機能があります。
フレンドを追加することで、お互いの歩数を応援しあったり、フレンドが投稿した写真を楽しむことができます。

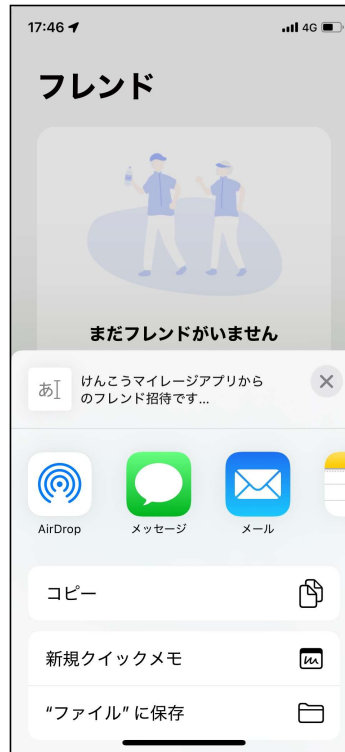


ホーム画面下部の「フレンド」を押す



「フレンドリクエスト」を押す

iPhone(iOS)の場合



androidの場合



メール、LINE等の招待するツールを選択し、
LINE、メール、SMS等をフレンドになりたい方へ送る

※お使いの機種や、バージョンにより、表示内容が異なる場合があります



招待されたフレンドが、**けんこうマイレージ**
をインストールするとフレンドになります

フレンドにエールを送る/受け取る

フレンドになった利用者に「エール」を送ったり、フレンドから「エール」を受け取ることができます。

※一部、画面の色合いが異なる場合があります

エールを送る



ホーム画面下部の「フレンド」を押す

エールを送る



「フレンドリスト」から任意のフレンドの「エール」を押すと、相手にエールを送れます
※再度「エール」を押すと取り消されます



「エール」を送った相手は、白地に✓の表示に変わります
※24時間に1回エールを送ることができます

エールを受け取る



「エール」を送ってくれたフレンドのニックネームの左上に「👏 がんばってね!」が表示されます 22

よくある質問

歩数がうまくカウントされません（連携されない）。

歩数情報がうまく連携されていない可能性があります。以下いずれかの内容をお試しください。

- ①アプリの画面を一度切り替える
例) 画面下部の「メニュー」へ移動してから再度「ホーム」へ戻る
- ②アプリを再起動する
- ③ホーム画面の上（ポイントと歩数表示の間）に「歩数が連携できない方」というバナーがございますので、そのリンク先のページに従い、設定をご確認ください。

[【iPhone】歩数の連携手順 | NTTドコモビジネス お客さまサポート](#)
[【Android】歩数の連携手順 | NTTドコモビジネス お客さまサポート](#)

歩数が連携できない方
iPhone

歩数が連携できない方
Android



「けんこうマイレージ」ではポイントを獲得しているのに、「のとピット」にポイントが反映されません。

「けんこうマイレージ」から「のとピット」への自動交換は原則毎日反映されますが、ご利用状況によっては、数日分の歩数データがまとめて反映される場合があります。昨日よりも前に獲得されたポイントであっても、本日時点で「のとピット」上に反映されていない場合がございますが、こちらは正常な動作です。けんこうマイレージ上でポイントが表示されている場合、翌日には「のとピット」へ反映されますので、時間をおいて改めて「のとピット」のポイント履歴をご確認ください。



【お問い合わせ先】

のとピット事務局（NTTドコモビジネス・石川県）

電話：050-5538-0867 平日9:00~17:00

メール：e120300@pref.ishikawa.lg.jp