



みずほ健康ポイント「あるってこ」 アプリ操作マニュアル

株式会社グッピーズ

2022年8月30日作成

2024年7月16日更新



目次

1. ご利用の流れ	3p
2. アプリのインストール方法	4～9p
3. プロフィール登録方法	10p
4. [瑞穂町] の追加方法	11p
5. ポイントの貯め方	12～16p
6. 抽選と景品	18p

ご利用の流れ

STEP
01

アプリのインストール・プロフィール登録

STEP
02

〔瑞穂町〕の追加

STEP
03

ポイントを貯める

STEP
04

毎月抽選で景品がもらえる

STEP1-1. アプリインストール

iOS

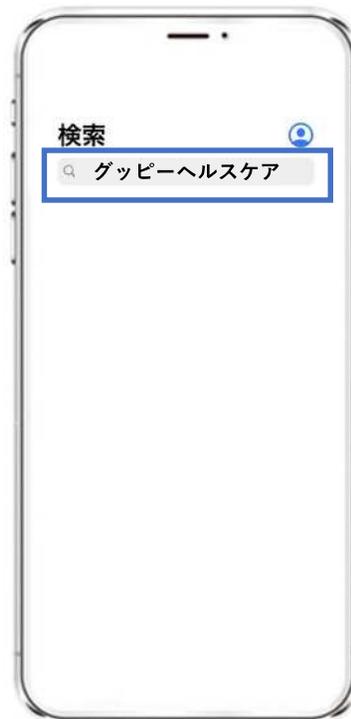
グッピーヘルスケアのインストール

①App Store起動



iPhoneのホーム画面から「App Store」を起動

②アプリ検索



「App Store」内の検索欄で、「グッピーヘルスケア」を検索

③インストール

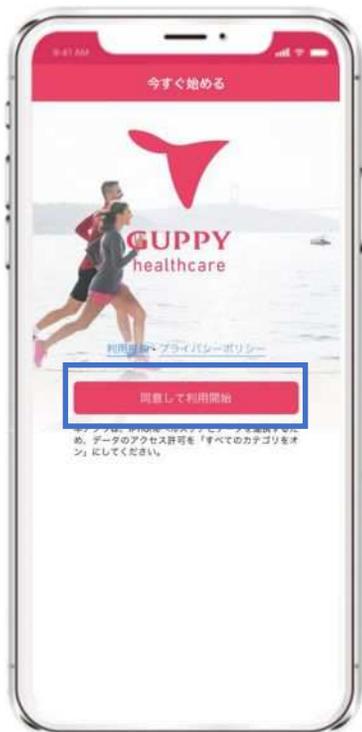


[入手] をタップしてグッピーヘルスケアをインストール

STEP1-1. アプリインストール

iOS

④グッピーヘルスケアを起動



利用規約・プライバシーポリシーを確認し、[同意して利用開始]をタップ

⑤ヘルスケアとの連携



[すべてのカテゴリをオン]を選択し、[許可]をタップ



アプリの データ連携

iPhoneの場合、ヘルスケアから歩数・距離などを取得しているため、連携は必須です。

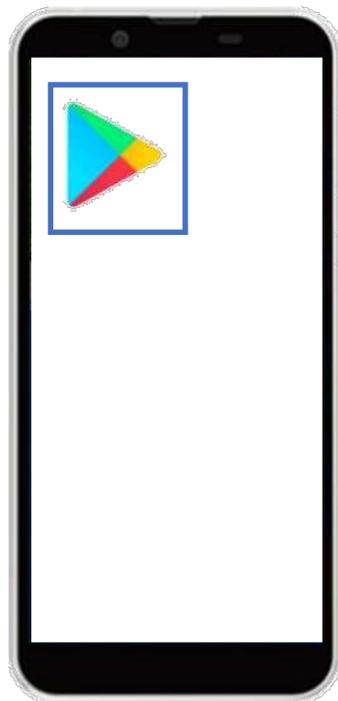
※その他のデータ（体重や体温など）についても、ヘルスケアと連携ができます。

STEP1-1. アプリインストール

Android

Google Fitのインストール

①Google Play Storeを起動



Androidのホーム画面から
「Google Play Store」を起動

②アプリ検索



画面上の検索タブより
「Google Fit」を検索

③インストール



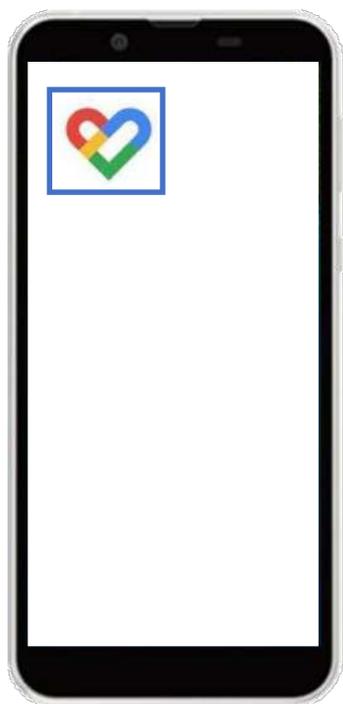
「インストール」をタップ

STEP1-1. アプリインストール

Android

Google Fitの設定

④ Google Fit 起動



Androidのホーム画面からインストールされた「Google Fit」を起動

⑤ Googleアカウント選択



グッピーヘルスケアで使用するGoogleアカウントを選択

⑥ 各種設定



プロフィール、位置情報の許可などを初期設定を進める

⑦ 設定完了



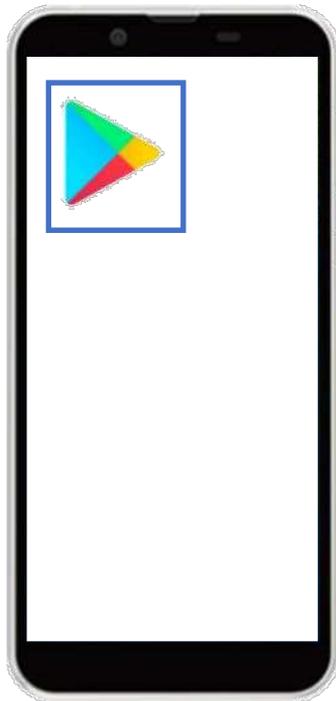
この画面まで移ると初期設定が完了です

STEP1-1. アプリインストール

Android

グッピーヘルスケアのインストール

①Google Play 起動



Androidのホーム画面から
「Google Play Store」を起動

②アプリ検索



画面上の検索タブより
「グッピーヘルスケア」を検索

③インストール



「インストール」をタップ

STEP1-1. アプリインストール

Android

⑤ アプリ起動画面



利用規約・プライバシーポリシーを確認し [同意して利用開始] をタップ

④ グッピーヘルスケアを起動



利用するGoogleアカウントを選択

⑤ Google Fitとの連携



右下の「許可」をタップし、Google Fitと連携する

STEP1-2. プロフィール登録

iOS

Android

①プロフィール登録



プロフィール項目を入力し、
[登録] をタップ

②目標設定



目標数値を入力し、
[登録] をタップ

③法人向けサービスの 利用有無確認



「持っていない」を選択して
OKです

④トップ画面



トップ画面に移ります

STEP2. [瑞穂町] の追加

iOS

Android

① [+] ボタン



アプリ左上の [+] ボタン内自治体をタップ

② [瑞穂町] を選択



[瑞穂町] をタップ

③追加画面



お住まいの地域と健保組合を選択。サービスコード (133035) を入力後、利用規約に同意して [追加] をタップ

④瑞穂町ページ



画面上部の [瑞穂町] が追加。 [瑞穂町] ページに移ります。

STEP3. ポイントを貯める

iOS

Android

※日ごとの獲得ポイントは、
ここから全て確認できます。

▼ ポイント確認方法

行動と獲得ポイント

アプリ起動/日	10pt
2,000歩達成/日	10pt
5,000歩達成/日	10pt
8,000歩達成/日	10pt
体重記録/日	10pt
食事記録/日	10pt
イベント参加/回	100pt
健康診断・人間ドック受診/回	300pt
※ポイント付与は年度(4~3月)で1回まで	

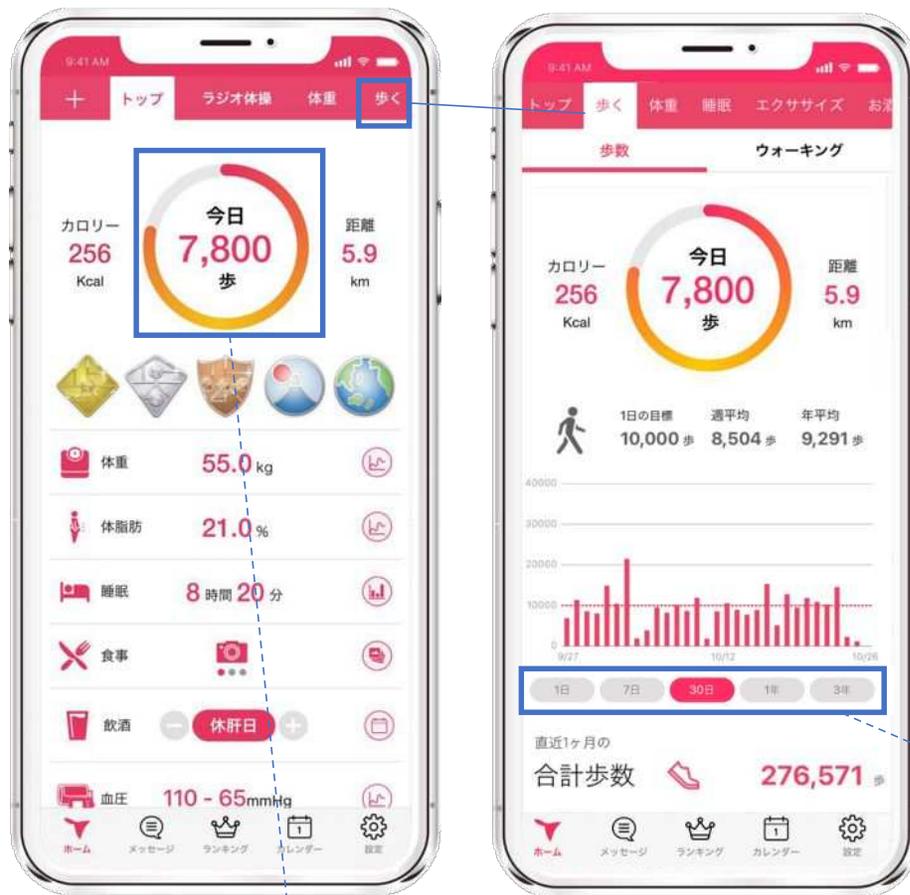


STEP3. ポイントを貯める

iOS

Android

歩数の確認方法



当日の歩数は、
トップ画面ですぐ確認できます。

《歩数の取得について》

iOSは[ヘルスケア]、
Androidは[Google Fit]から取得しています。

歩数の反映はデータ通信が走るアプリ起動時、もしくはリロード時（トップ画面で上から下へスワイプ）です。

画面を見たとき、本来より歩数が少ない
と思った際は、上記をお試しください。

タップするとグラフの表示期間が変わります。

STEP3. ポイントを貯める

iOS

Android

体重記録の方法

① [体重] タブからの記録



体重・日付のタップで編集できます。

② [トップ] からの記録



体重のタップで編集できます。

《注意点》

過去の体重を記録・編集する場合は①の手順です。

※②は当日の記録を想定しているため、日付編集は不可

STEP3. ポイントを貯める

iOS

Android

食事記録の方法

① [食事] タブからの記録



1) カメラから起動
カメラを起動させ、
その場で撮影したものを登録

② [トップ] からの記録



2) ライブラリから選択
以前に撮影したものを
端末内のライブラリから選択し登録

《注意点》

撮影した日付毎に登録されます。
※トップでの表示は当日のみ。

STEP3. ポイントを貯める

iOS

Android

イベント参加後のコード入力

コードの入力方法は手入力と二次元コード読み込み、どちらでもOKです。
コードは職員→参加者へお好きな方法でアナウンスください。
入力する5ケタのイベントコードは管理画面でイベント作成時に自動生成され、イベント毎に異なります。



二次元コード読み込み専用カメラが起動します。

100pt
獲得

STEP3. ポイントを貯める

iOS

Android

健康診断・人間ドックの記録方法



健診受診・人間ドック受診をタップ



①か②、いずれかを選択



受診した日付を選択、病院名を入力し【保存】をタップ

300pt
獲得

STEP4. 毎月抽選で景品がもらえる

iOS

Android

月に1,000pt以上獲得した方を対象に、翌月1日に自動抽選を行います。
当選者にはデジタルギフト1,000円分、商品券1,000円分、サロンコンサート割引券いずれかの
受け取りURLがアプリ内の「メッセージ」に届きます。

※落選者へのお知らせはありません。

抽選は毎月1日1回のみ。当月獲得したポイントは翌月1日にリセットされます。



毎月1日～月末までに1,000pt以上獲得



当選者には翌月1日 朝9時すぎに
当選のお知らせメッセージ



受け取りURLが届きます
※上記はデジタルギフト