

加西 × 多可

健幸

K E N K O U



加西・多可健幸アプリ操作マニュアル
(2025.6.5 更新版)

目次

1, ダウンロード	2
2, 初期設定 (Android)	3～9
3, 初期設定 (iPhone)	10～11
4, 健康記録	12～14
5, 結果にコミット項目 (グラフ) の確認	15
6, イベント参加・おでかけポイント	16
7, ランキング (個人)	17
8, ランキング (グループ)	18
9, モールウォーキング	19～21
10, ポイント履歴	22
11, ねっぴ～Payアプリとの連携(加西市民限定)	23
12, ポイント交換について(多可町民限定)	24
13, アカウント設定	25
14, データの引き継ぎ	26
15, 他のサービスとデータ連携	27～30
16, お問い合わせ	31
17, 退会	32

1, ダウンロード

アプリのダウンロード

QRコードを読み取って
ダウンロード！



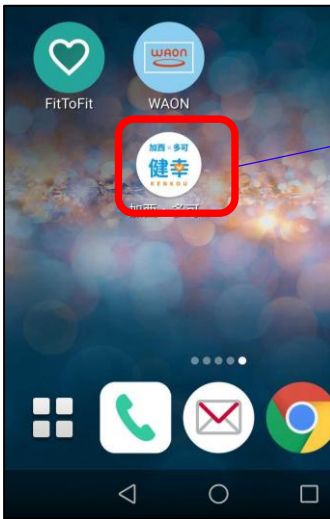
App Storeまたは
Google playより検索！

加西・多可健幸アプリ



ダウンロード後の流れ

1



ホーム画面に、加西・多可健幸アプリ
が表示されていることを確認しクリック

2



Android でのご参加の方は

[P3](#)

にお進みください



iPhone でのご参加の方は

[P10](#)

にお進みください

2, 初期設定(Android)

Google Fit ダウンロード

Google Fitをダウンロードしていない方は以下の作業が必要です。
すでにダウンロードされている方はP4にお進みください。

1

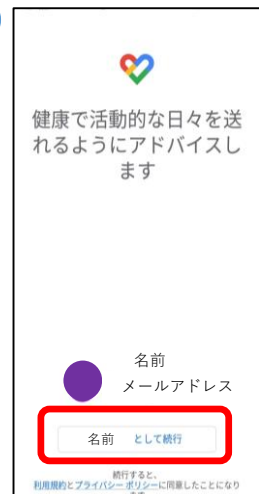


playストアで
Google fitと検索

2



3



4

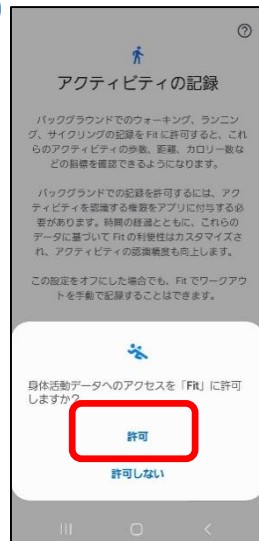


必要事項を入力

5



6



7



完了後は
Google fitを閉じ、
P4へ進む

2, 初期設定(Android)

ヘルスコネクトダウンロード

ヘルスコネクトをダウンロードしていない方は以下の作業が必要です。
すでにダウンロードされている方はP5へお進みください。

1



playストアで「ヘルスコネクト」と検索

2



インストール

3



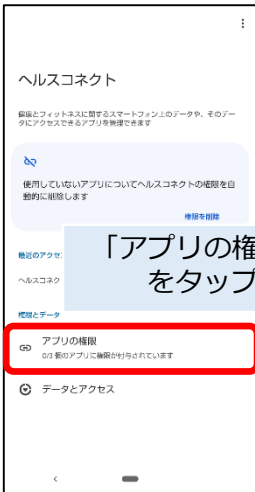
開く

4



使ってみる

5



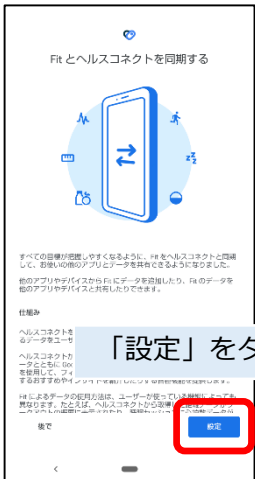
「アプリの権限」をタップ

6



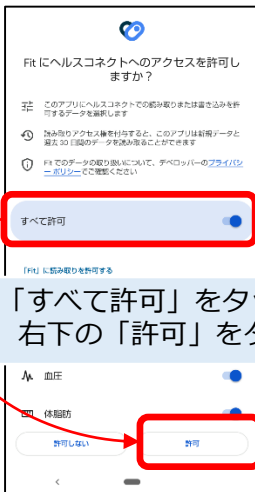
Fitが表示されているかを確認し、表示がない場合は追加してください。

7



「設定」をタップ

8



「すべて許可」をタップし、右下の「許可」をタップ

9



「完了」をタップした後、Google fitを開き、Fitとヘルスコネクトの連携を確認します (P5)

2, 初期設定(Android)

Googlefitとヘルスコネクットの連携確認



端末の戻るボタンで「設定」まで戻り、「データとアクセス権限の管理」をタップし「データの管理」を押してください。

「データソースと優先度」をタップし、アプリのソースにFitが表示されているかを確認します。※表示されていない場合は「+アプリを追加」と表示されますので、Fitを選択して追加してください。

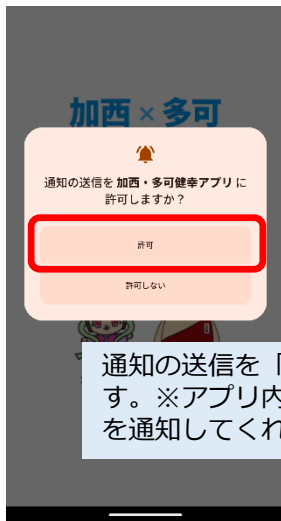


■万が一、Fitのホーム画面に「Fitのヘルスコネクットを同期する」という文言が出ている場合は連携ができていないため、まずは「始める」ボタンから同期をしていただき上記①から確認をお願いいたします。

※表示されていない場合は同期は完了しています。

2, 初期設定(Android)

1



通知の送信を「許可」します。
※アプリ内のお知らせを通知してくれます。

2



「新規登録」をタップ

3

KENKOU 健幸アプリ
加西 × 多可

初期設定

初めてアプリをご利用の方は、以下アカウント情報をご登録の上「同意して次へ進む」を押してください。

▶ ニックネーム(必須)
※ランキングで公開されます

3文字以上20文字以下

▶ 生年月日(必須)
※ランキングで利用されます。

1970年1月1日

▶ 性別(必須)
※ランキングで利用されます。

女性 男性 選択なし

▶ 居住地(必須)
※ランキングで利用されます。

加西市

▶ 地区(任意)
※ランキングで利用されます。

未選択

▶ 目標歩数(必須)
公開されません。

1歩以上999999歩以下

▶ 身長(必須)
公開されません。

50.0cm以上200.0cm以下

・加西市運動ポイント事業のポイント交換は、本人確認のためマイナンバーカード連携が必須です。
・多可町の方で、「通いの場参加」「フレイル度チェック」を受けられた方のポイント付与にはマイナンバーカード連携が必要となります。
※マイナンバーカード連携は、MENU→他のサービスとデータ連携より行えます。
※転居等による情報変更については、各自治体窓口でのお手続き後、再度マイナンバーカード認証を行ってください。
※各事業のホームページは健康アプリからご確認ください。(MENU→使い方→「加西市運動ポイント事業について」または「多可町健康ポイント事業について」)

☐ 利用規約 に同意したものとします。

次へ進む

- ・ニックネーム
 - ・生年月日
 - ・性別
 - ・居住地
 - ・地区
 - ・目標歩数
 - ・身長
- を入力

※生年月日と居住地は変更できないため、
入力時ご注意ください

情報入力後、利用規約に同意をしていただくと、「次へ進む」ボタンが青くなるので、タップし、入力内容に間違いがなければ、「登録してアプリを始める」で進んでください。

※ランキングで利用されます。

女性

▶ 居住地(必須)
※ランキングで利用されます。

加西市

▶ 地区(任意)
※ランキングで利用されます。

未選択

▶ 目標歩数(必須)
※公開されません。ホームの目標達成率数値に表示されます。

5000

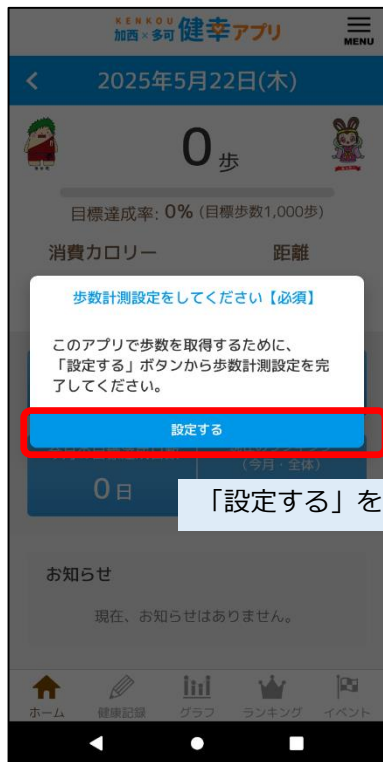
▶ 身長(必須)
※BMI・消費カロリー計算に利用されます。

160.0

登録してアプリを始める

2, 初期設定(Android)

1



2



Google Fit のインストールがお済みでない方は、アイコンをタップして、インストールをお願いします。

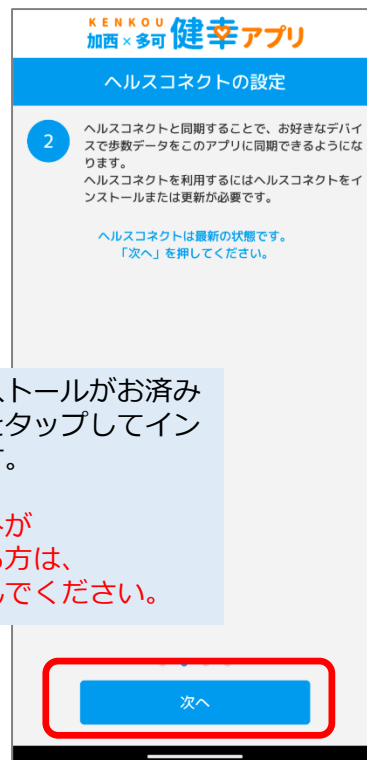
※すでにGoogle Fit がインストールされている方は、そのまま『次へ』で進んでください。

3



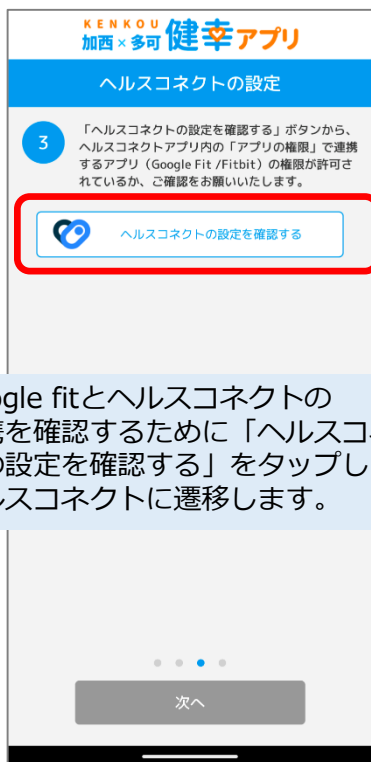
ヘルスコネクトのインストールがお済みでない方は、アイコンをタップしてインストールをお願いします。

※すでにヘルスコネクトがインストールされている方は、そのまま『次へ』で進んでください。



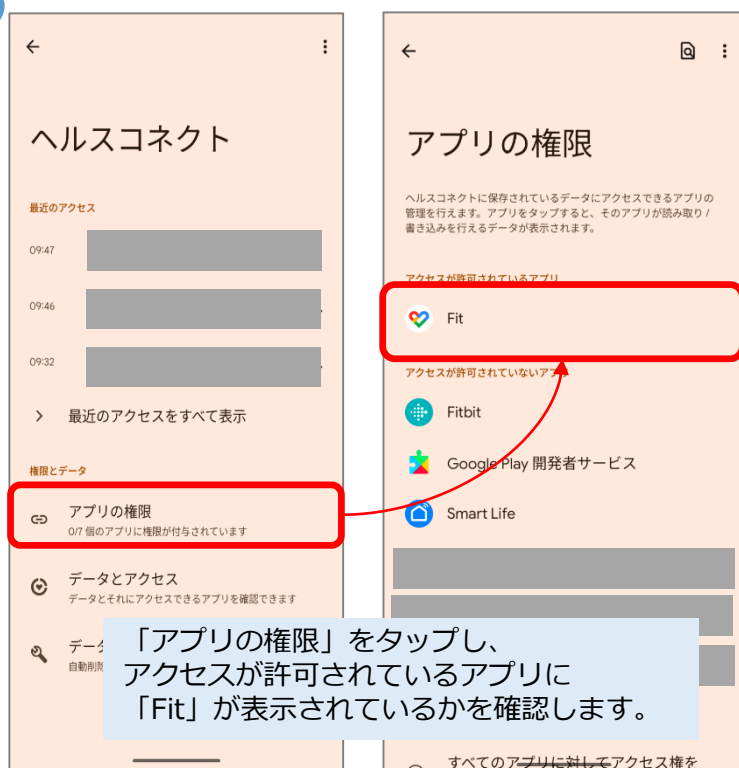
2, 初期設定(Android)

1



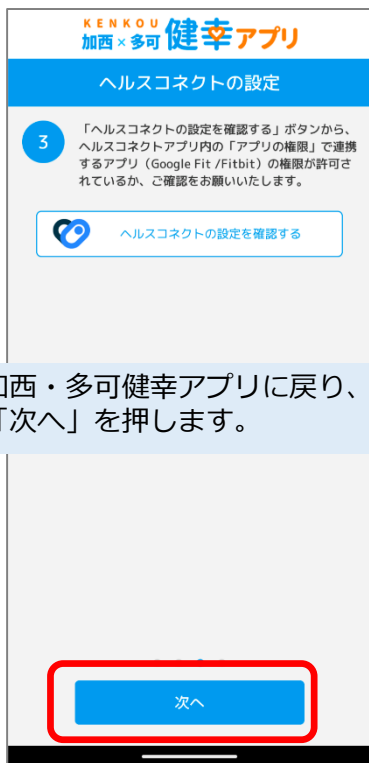
Google fitとヘルスコネクトの連携を確認するために「ヘルスコネクトの設定を確認する」をタップし、ヘルスコネクトに遷移します。

2



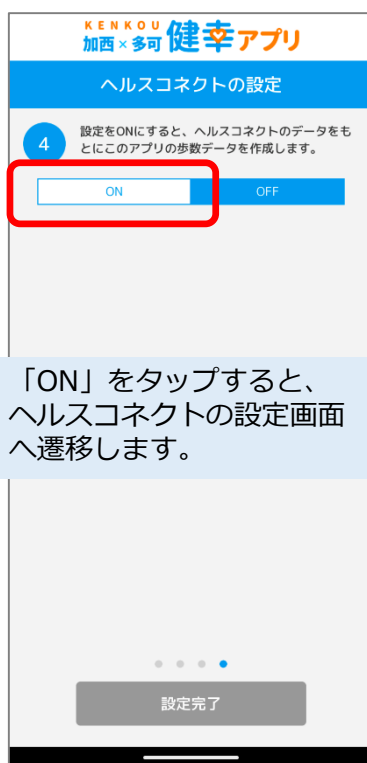
「アプリの権限」をタップし、アクセスが許可されているアプリに「Fit」が表示されているかを確認します。

3

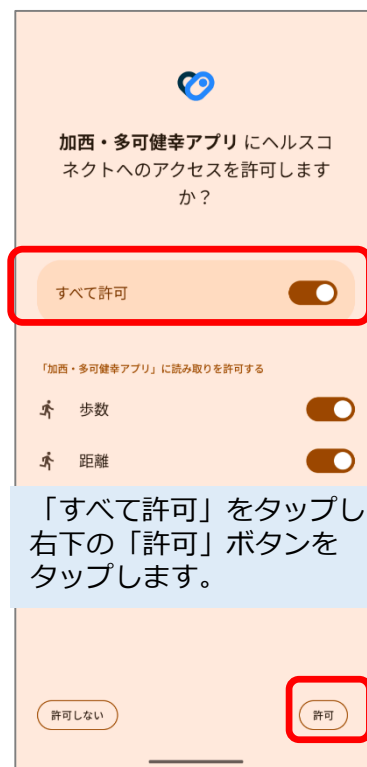


加西・多可健幸アプリに戻り、「次へ」を押します。

4



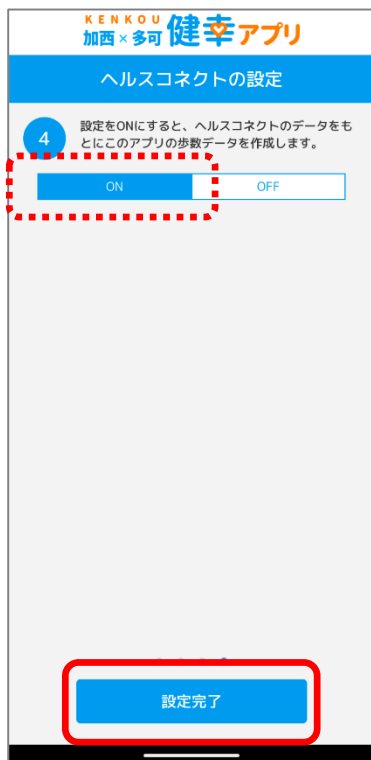
「ON」をタップすると、ヘルスコネクトの設定画面へ遷移します。



「すべて許可」をタップし、右下の「許可」ボタンをタップします。

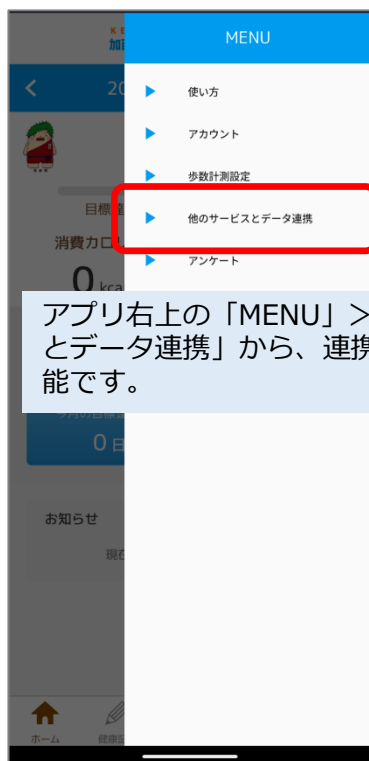
2, 初期設定(Android)

5



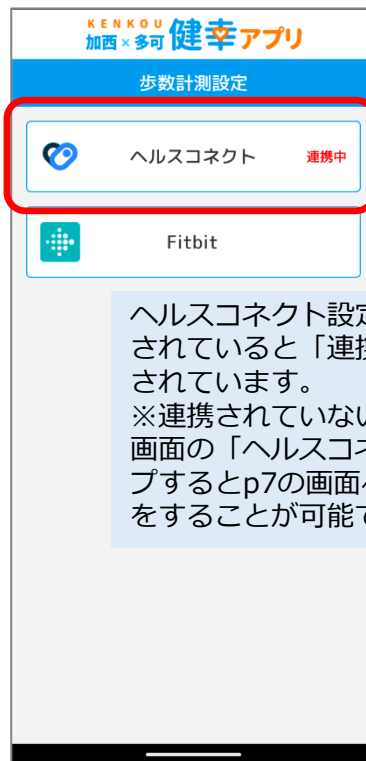
すべての設定が完了すると「ON」の表示に切り替わり、「設定完了」ボタンが有効になります。ボタンをタップし設定が完了です。

6



アプリ右上の「MENU」>「他のサービスとデータ連携」から、連携状態の確認が可能です。

7



ヘルスコネクト設定が完了し連携されていると「連携中」の表示がされています。
※連携されていない場合は、この画面の「ヘルスコネクト」をタップするとp7の画面へ遷移し、設定をすることが可能です。

3, 初期設定(iPhone)

1



2

- ・ニックネーム
- ・居住地
- ・地区
- ・生年月日
- ・性別
- ・目標歩数
- ・身長

※生年月日と居住地は
変更できないため、
入力時ご注意ください。

情報入力後、利用規約に
同意をしていただくと、
「同意して次へ進む」
ボタンが青くなるので、
タップし、入力内容に
間違いがなければ、
「登録してアプリを
始める」で進んでください。

3

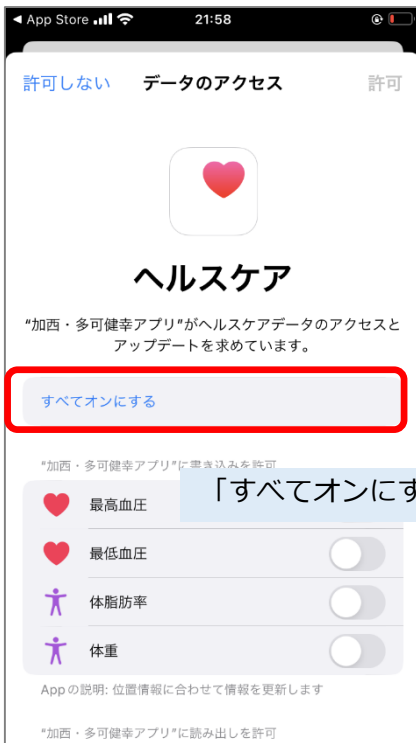
4

「モーションとフィットネス」
「ヘルスケア」の「設定」を
それぞれ タップし両項目とも
「OK」をタップします。

5

3, 初期設定(iPhone)

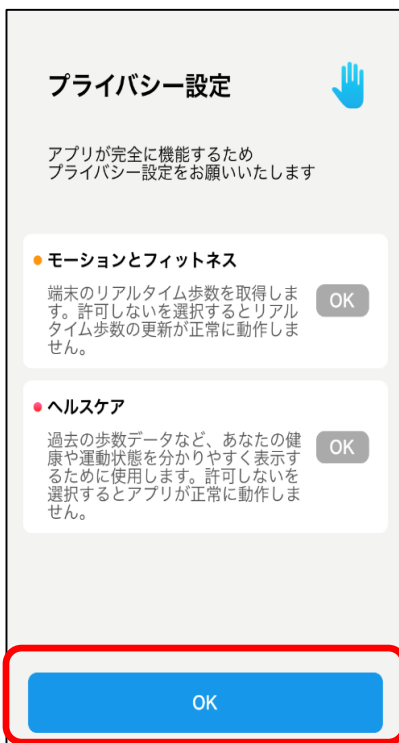
6



7



8



9



4, 健康記録

手動で記録する場合

- ・ 体重・体脂肪率を例に説明。血圧も以下の手順と同様です。
- ・ 当日中の結果は上書き登録が可能です。

1



2



3



体重と体脂肪率を入力し、「登録」をタップ

測定機器と連携して記録する場合

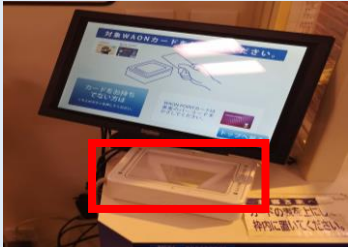
体重を例に説明。血圧も以下の手順と同様です。

1



2



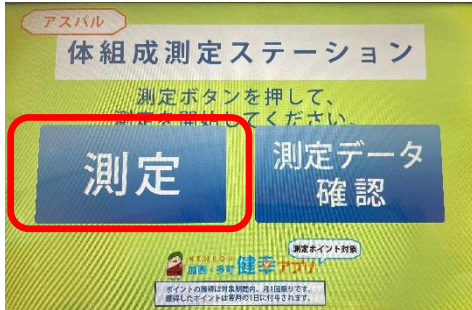


表示されたQRコードをリーダーにかざす

4, 健康記録

体組成計と連携して記録する方法

1



PC画面の
測定ボタンを押す

2



QRコードを表示して
リーダーにかざす

3

基本情報入力・確認

1 まだ体組成計には乗らないでください

身長: cm 0.5ずつ 1ずつ

西暦: 年 1ずつ

生まれた月: 月 月変更

性別:

年齢は です (誤差・月より自動計算します)

確認ボタンを押す
※基本情報はPC画面では
変更しないでください

4



音声に従い、
靴をはいたまま体組成計に乗る



音声に従い、
グリップを握って軽く腕を開く
測定終了の音声流れたら完了

5, 結果にコミット項目（グラフ）の確認

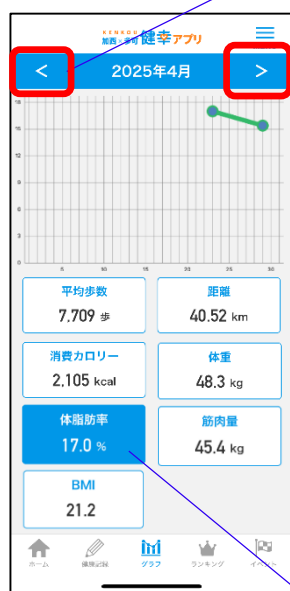
1



「<>」をタップし月の移動が可能です。

2

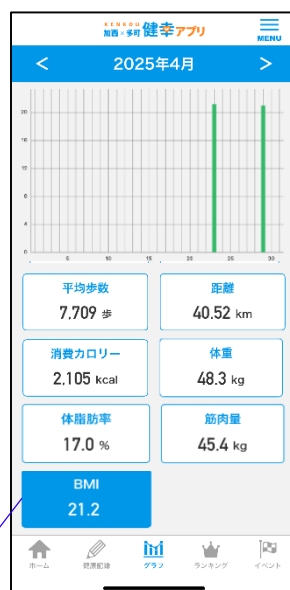
<体脂肪率>



<筋肉量>



<BMI>



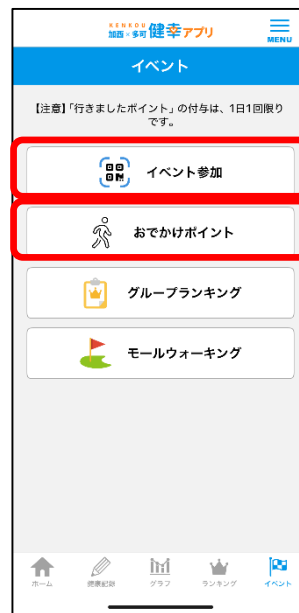
月の初めに体組成計で測定した値が表示されます。

6, イベント参加・おでかけポイント

1



2

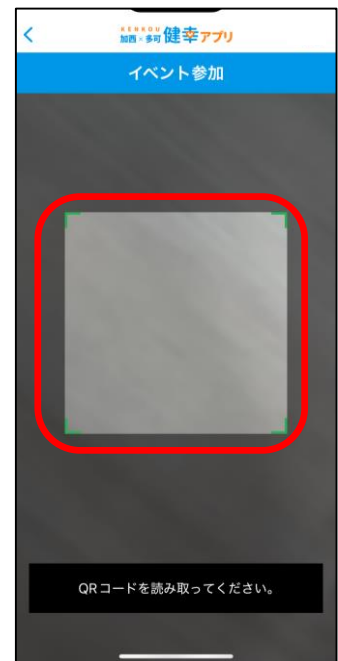


※「イベント参加」（行きましたポイント）は、1日1回（2ポイント）まで取得可能です。

3



4



QRコードを読み取り、「ポイント付与しました。」の画面が表示されれば完了です。
※利用には「位置情報」「カメラ」の権限への許可が必要です。

7, ランキング（個人）

1



2

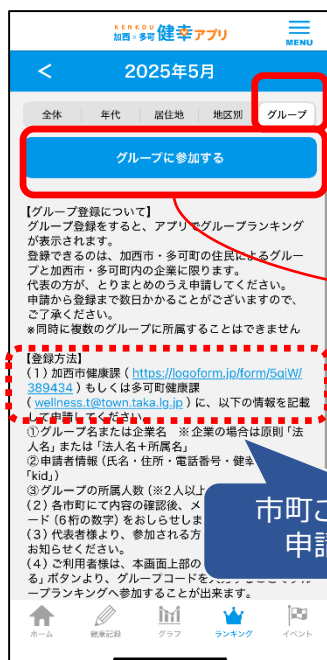


ランキング種別

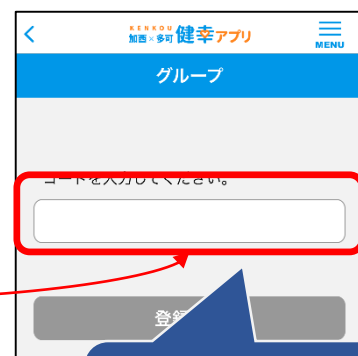
- ・年代
 - ・居住地（お住まいの地域）
 - ・地区別（お住まいの地区）
 - ・グループ
- ごとの個人ランキングを確認できます。

※設定内容の変更については
右上のメニューボタンより
「アカウント」>「アカウント設定」にて
登録をお願いします。

【グループ作成】



【グループ参加】



8, ランキング（グループ）

1



2



3



設定した居住地区・グループのグループ毎のランキングを確認できます。

9, モールウォーキング(QR読み取り)

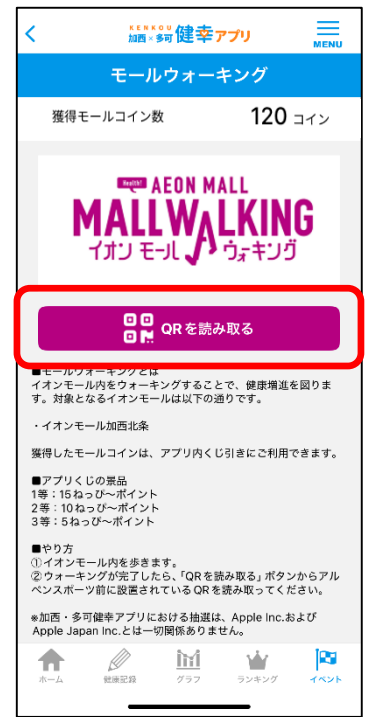
1



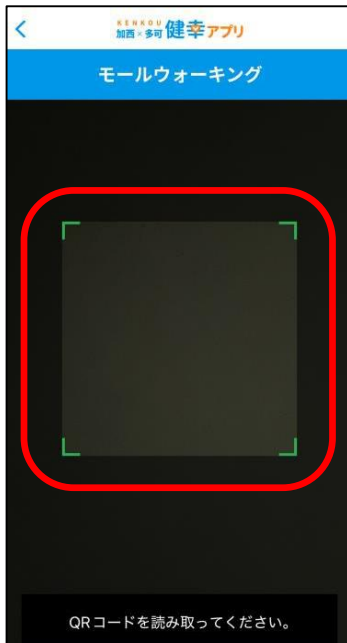
2



3



4



QRコードの読み取りには「位置情報」「カメラ」の権限への許可が必要です。

5



QRコードを読み取り、「ポイント付与しました。」の画面が表示されれば完了です。

※1日1回のみ読み取りが可能です（1日1コイン取得まで）。

9, モールウォーキング(くじを引く)

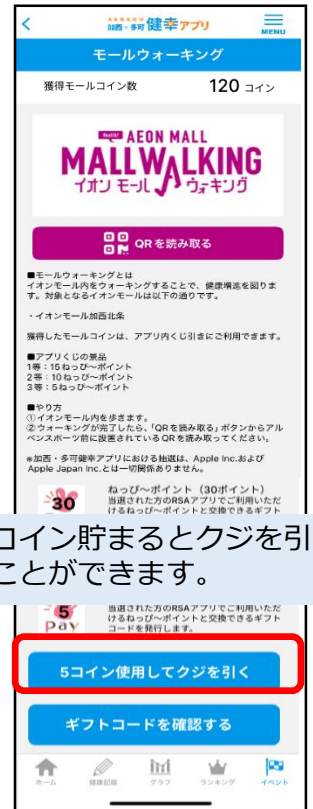
1



2

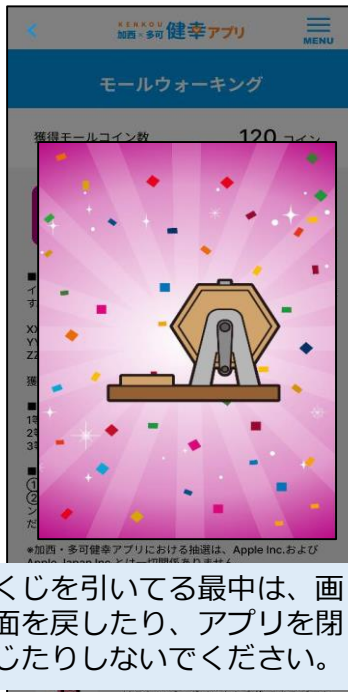


3



5コイン貯まるとくじを引くことができます。

4

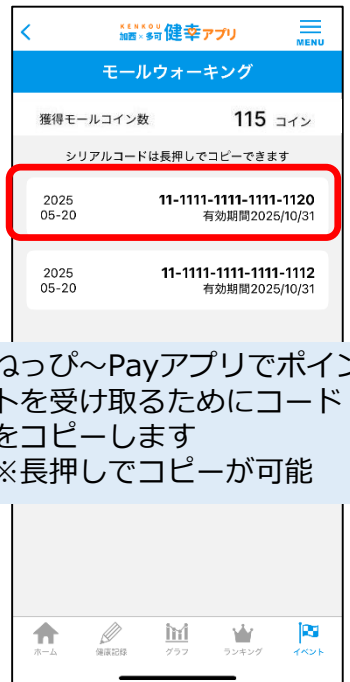


くじを引いてる最中は、画面を戻したり、アプリを閉じたりしないでください。

5



6



ねっぴ〜Payアプリでポイントを受け取るためにコードをコピーします
※長押しでコピーが可能

9, モールウォーキングで ギフトコードを受け取った後の流れ

ねっぴ〜Payアプリ内のミニアプリ「ギフトコード」から、
加西・多可健幸アプリで取得したギフトコードを入力すると、
ポイントの受け取りをすることができます。

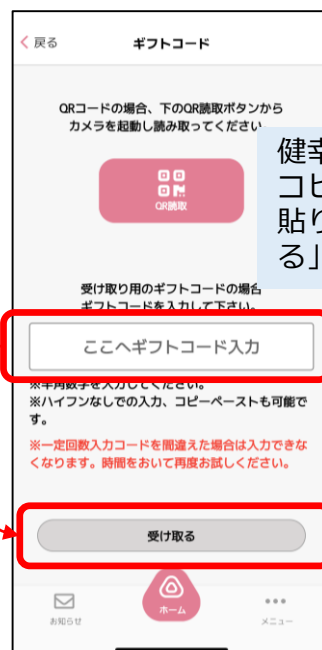


※受け取ったポイントはねっぴ〜Pay取扱加盟店で使用が可能です。

1

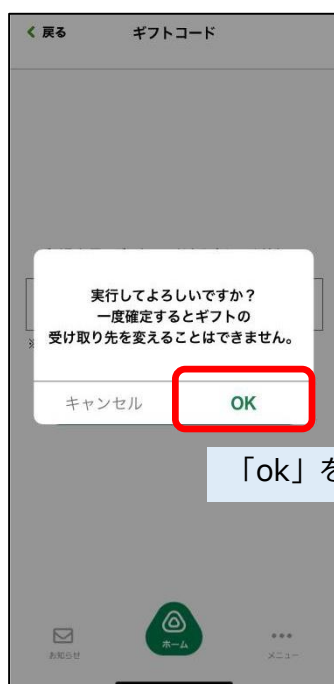


2



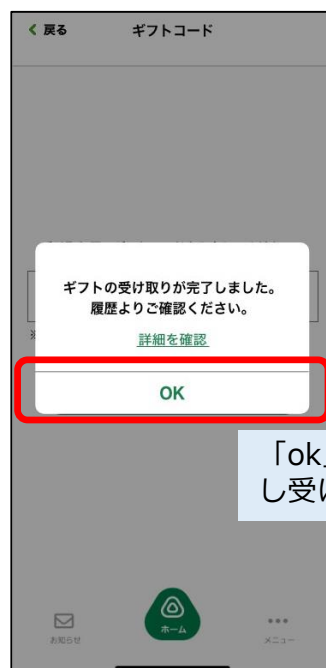
健幸アプリから
コピーしたコードを
貼り付け「受け取
る」をタップ

3



「ok」をタップ

4



「ok」をタップ
し受け取り完了

10, ポイント履歴

これまで獲得したポイントの履歴を確認できます。

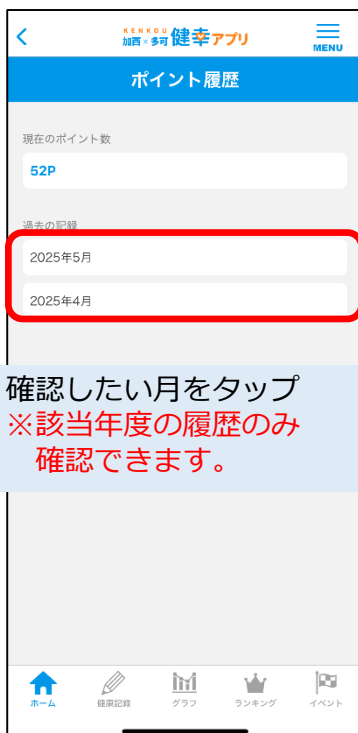
1



2



3



確認したい月をタップ
※該当年度の履歴のみ
確認できます。

4



ポイント数が表示されます

11, 他のサービスとデータ連携（加西市）

STEP 1：加西市公式LINEを友だち追加

STEP 2：マイナンバーカード認証

1

加西市

かさいポータル
KASAI CITY

「かさいポータル」の新規登録を行います。

マイナンバーカードの本人認証を行いますか？

はい いいえ

マイナンバーカードの本人認証をしておくと、次のサービスがより便利に使えます。

- ・「加西市公式LINE」からのねっぴ〜Payポイント付与
- ・「健幸アプリ」のポイント交換など

予約 手続き 連絡 意見・報告

休日当直医

ねっぴ〜がお答えします！
ごみの分別のこと
ゴミバスの運行状況

設定

←文字入力 / メニュー表示

2

加西市

マイナンバーカードの本人認証をしておくと、次のサービスがより便利に使えます。

- ・「加西市公式LINE」からのねっぴ〜Payポイント付与
- ・「健幸アプリ」のポイント交換など

氏名・生年月日・性別・住所を取得

本人認証を開始

予約 手続き 連絡 意見・報告

休日当直医

ねっぴ〜がお答えします！
ごみの分別のこと
ゴミバスの運行状況

設定

←文字入力 / メニュー表示

3

LINE Pay本人確認

マイナンバーカードの読取り
(電子署名)

ユーザーが申請時に提出する情報について、マイナンバーカードの署名用電子証明書を用いて電子署名を行い、公的個人認証を実施します。

マイナンバーカードをお手元にご用意ください。

Step 1 パスワードを入力

マイナンバーカード発行時に設定した署名用パスワードを入力してください。

署名用電子証明書パスワード
(英数字6～16文字「アルファベットは大文字のみ」)

① 署名用電子証明書パスワード

② 署名用電子証明書パスワード

③ 署名用電子証明書パスワード

④ 署名用電子証明書パスワード

パスワードをお忘れの場合>

Step 2 マイナンバーカードを読み取る

マイナンバーカードのICチップの上にスマホをかざしてください。

はじめる

4

LINE Pay本人確認

マイナンバーカードの読取り
(電子署名)

署名用電子証明書パスワード
6～16文字の英数字を入力してください。

6～16文字の英数字

キャンセル 完了

パスワードをお忘れの場合>

1 2 3 4 5 6 7 8 9 0
q w e r t y u i o p
a s d f g h j k l
z x c v b n m
?123 , . QWERTY

5

スマホをカードにかざしてください
カードを認識すると、読取りが始まります。

キャンセル

6

マイナンバーカードによる本人確認が完了しました

自治体や金融機関への申請内容については、各申請先に直接お問い合わせください。

確認

11, 他のサービスとデータ連携（加西市）

STEP 3 : かさいポータルへの登録

7

加西市

氏名・生年月日・性別・住所を取得し、本人確認を行います。

本人確認を開始

本人確認が完了しました。

内容が重複しているため、申請は受け付けられませんでした。

加西市公式LINEとの連携を行うこと
が完了しました。

開始する

予約 手続き 連絡 意見・報告

休日当直医

ねっぴ〜がお答えします！
ごみの分別のこと
ゴミバスの運行状況

設定

←文字入力 / メニュー表示 →

8

かさいポータル

加西市公式LINEからのデータアクセスを許可してください。

登録いただいたデータに加西市公式LINEがアクセスできるよう許可すると、外部サービスとのデータ連携設定が完了します。

アクセスを許可するデータ

- ・ ポイント交換

許可する

[拒否する](#)

9

アカウント登録

マイナンバーカードの基本4情報が反映

プロフィール情報を入力してください。

メールアドレス

civilios@civilios.com

電話番号

0801234567

姓

菊池

名

洗輔

セイ

プロフィールを登録する

10

利用規約の確認

かさいポータル

利用規約の確認

本サービスを利用するには利用規約とプライバシーポリシーに同意されている必要があります。

☐ 本サービスの利用規約及びプライバシーポリシーに同意する

次へ

11

完了

連携が完了しました。

画面を閉じて、LINEのトーク画面に戻ってください。

アカウント属性登録

性別

男性

生年月日

1992 年 11 月 04 日

郵便番号

3560055

郵便番号検索

都道府県

埼玉県

市区町村

ふじみ野市

町域・番地・建物名等

旭一丁目15番19-306号

プロフィールを登録する

11, 他のサービスとデータ連携（加西市）

STEP 4：健幸アプリとかさいポータルとの連携

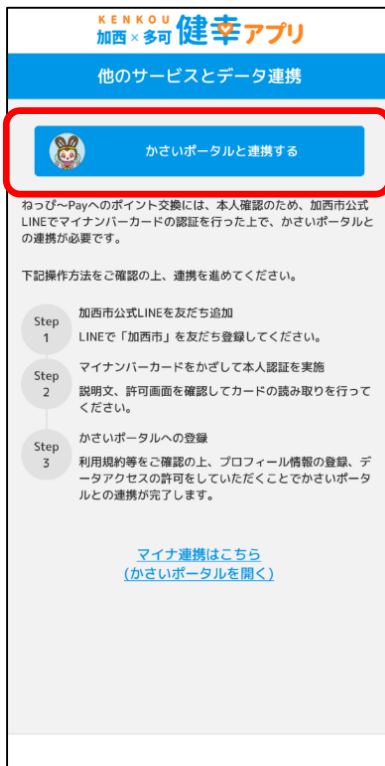
1 2



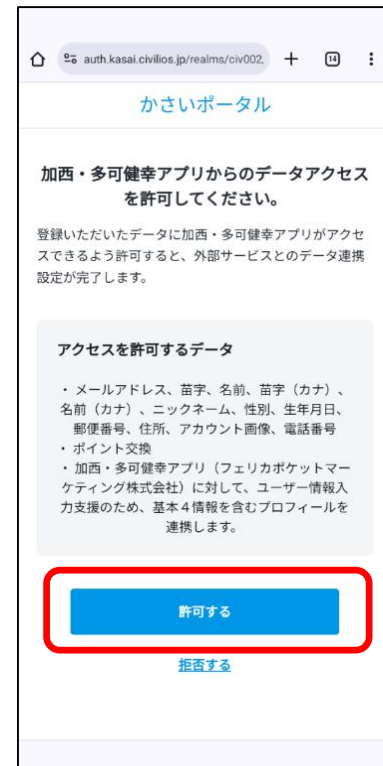
1 3



1 4



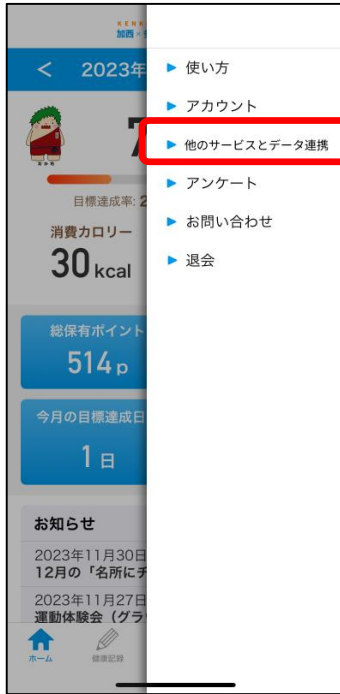
1 5



12, 他のサービスとデータ連携（多可町）

XIDアプリをインストールし、マイナ認証を行う

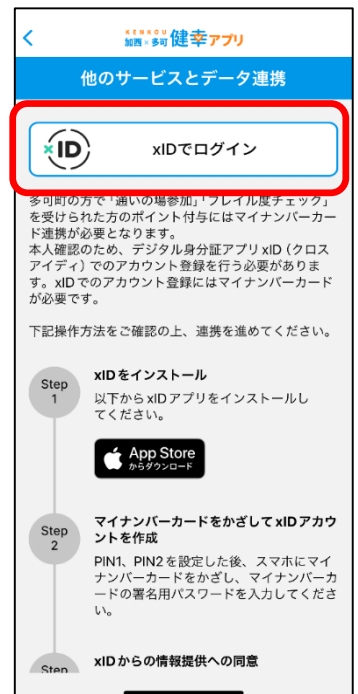
1



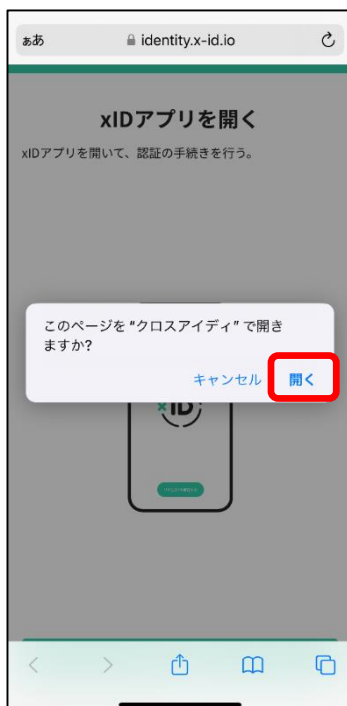
2



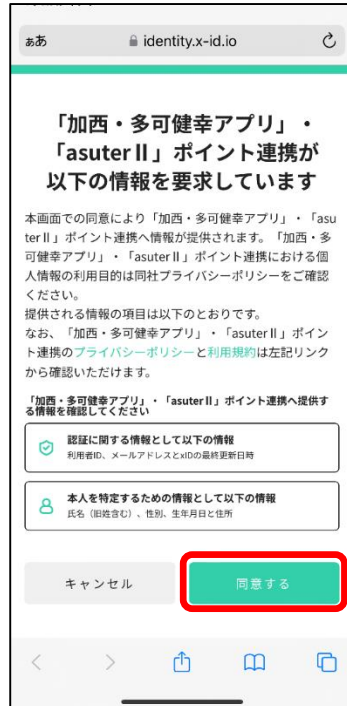
3



4



5



6



XIDアプリ上でのマイナンバー認証手順

20:58
4G 87%



 残り5ステップ

?

1. 利用規約とプライバシーポリシー

規約とポリシーへの同意

利用規約

プライバシーポリシー

xID利用規約

本利用規約（以下「本規約」といいます。）には、当社が提供する本サービスの利用条件および当社がお客様に提供しようとするサービスの内容等についてあり、本サービスの利用にあたっては、本規約の同意いただく必要があります。

- (適用)**
 - 1. 本規約は、本サービス（第2項定義）の利用者であるお客様のサービス利用開始時またはお客様と当社の間で本規約の適用範囲を決定することを経ずに、お客様と当社との間の本サービスの利用に関する一切の取引に自動的に適用されます。
 - 2. 本規約はウェブサイトに掲載されています。上または本サービス（第2項定義）、当社に接続するサーバー等に開示される場合、適用範囲および有効期間等は、本規約の一部を変更するものではありません。
 - 3. 本規約の目的は、前述のとおり、適切な運営並びに迅速な顧客、その他の本規約の目的におけるサービスの提供等に対する合理的な、本規約の規定に従って実施されるものとします。
- (定義)**

本規約において使用する以下の用語は、各々に以下に定める解釈によります。

 - ① 「サービス利用規約」とは、本規約で規定されている当社とお客様の間で締結される、本サービスの利用に関する契約を指す。
 - ② 「住所情報」とは、電話番号、郵便番号、実用居転居、居住歴、郵便振替などの住所関連情報（その内の一部を含む）。またそれらの情報につき登録簿を設けるサービス（を指す。）を意味する。
 - ③ 「当社」とは、xID株式会社を意味する。
 - ④ 「ソフトウェアプロパティ」とは、そのドメイン名が「x-id.me」、または「x-id.jp」等の会社が所有するウェブサイトを（住所情報の取得を行う）、当社のウェブサイトのメニューまたは他のウェブサイトを通じて、当社が提供する「ソフトウェアプロパティ」を意味し、
 - ⑤ 「利用者」とは、第3条（同意事項）に基づいて本サービスの利用権を得たことと登録簿に登録された個人を指すものとする。
 - ⑥ 「住所情報」とは、本サービスの利用を通じた個人を参照する。

同意しない

同意する

20:58

4G 97%

残り4ステップ

2. アカウントの作成・利用開始

PIN1の設定

4-12桁の数字を入力してPIN1を設定してください。PIN1はxID(クロスアイディ)を使ったログインや認証に使用されるもので、スマートフォンやマイナンバーカードの暗証番号とは関係ありません。

20:58

4G 97%

残り4ステップ

2. アカウントの作成・利用開始

PIN2の設定

6-12桁の数字を入力してPIN2を設定してください。PIN2はxID(クロスアイディ)を使った電子署名に使用されるもので、スマートフォンやマイナンバーカードの暗証番号とは関係ありません。

A screenshot of a mobile application interface for registering a MyN Number Card. At the top, the status bar shows the time 20:58, signal strength, 4G network, and 87% battery. The app header is green with the text 'マイナンバーカードの申し込み' (My Number Card Application) and a question mark icon. Below the header, a green progress bar is partially filled. The main content area has a white background with a green title bar 'マイナンバーカードの申し込み' and a subtitle '3. 本人確認と基本情報の登録' (3. Self-confirmation and basic information registration). The section title is '署名用パスワード入力' (Signature Password Input). The instruction text says 'マイナンバーカードの署名用パスワードを入力してください' (Please enter the signature password for your My Number Card). Below this is a red rectangular box highlighting the input field, which contains the placeholder text 'マイナンバーカードの署名用パスワード' and a small eye icon to toggle visibility. At the bottom of the screen are two buttons: 'キャンセル' (Cancel) in a light gray box and 'OK' in a green box.

This screenshot shows the second step of the PIN setup process. At the top, the status bar displays the time 20:59, signal strength, 4G network, and 97% battery. Below the status bar is a progress indicator with four segments; the first two are green, and the last two are grey. A question mark icon is in the top right corner. The main heading is "4 - IDの有効化" (4 - ID Activation). The title "PIN2の入力" (PIN2 Entry) is prominently displayed. The instruction "IDを有効化するために、PIN2を入力してください。" (To activate the ID, please enter PIN2.) is shown. The input area consists of four green dots, with a red rectangular box highlighting them. Below the dots is a grey circular button with a diagonal line. The bottom of the screen shows a white navigation bar with a home indicator.

20:58

4G 87%

3 - 本人確認と基本情報の登録

基本情報の確認

氏名
菊池 洗輔

旧姓
-

性別
男性

本人確認に関する同意

以前、xID(クロスアイディ)に対して実施した本人確認の有無をチェックします。また、氏名・住所などの変更の有無や生存確認を目的として継続的な本人情報の確認を行います。よろしければ同意を行いつに進んでください。

同意しない

同意する

これらの基本情報と、同意済みの利用規約への電子署名を送信します。なお、基本情報は氏名を除き全て暗号化され送信されます。

☒ 利用規約

再読み取り

設定する

13, ポイント交換について（加西市民限定）

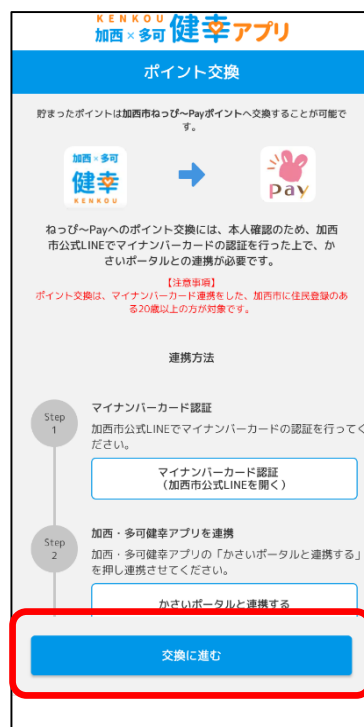
1



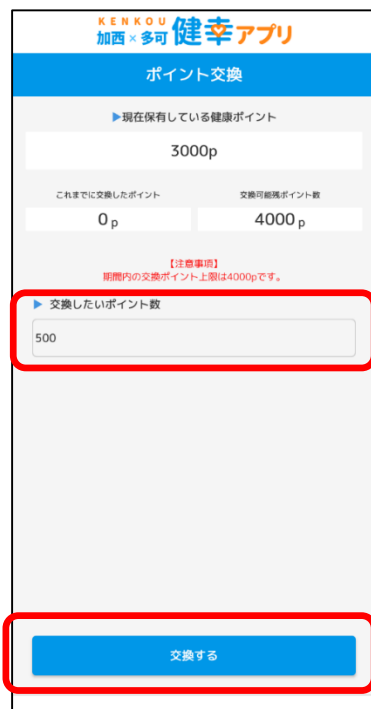
2



3



4



保有ポイントと交換可能ポイント数を確認の上、交換したいポイント数を入力し「交換する」をタップすると、ねっぴ～Payアプリでご利用いただけるポイントへの交換が完了します。

※ポイント交換にあたり、事前にかさいポータルとの連携（マイナンバーカード認証）が必須となります。

14, ポイント交換について（多可町民限定）

1

2

3

4

5

6

送付先情報を入力し「登録して申込に進む」をタップ

15, アカウント設定

1



2



3



4

必要事項を入力し、登録をタップ

※生年月日と居住地域の変更はできないため、ご希望の方は身分証をご持参のうえ、各自治体窓口までお問い合わせいただきますよう、お願いいたします。

16, データの引き継ぎ

スマートフォンを変更する際に、ご使用のアカウントデータを新しいスマートフォンのアプリへ引き継ぐことができます。

引き継ぎ用のID・パスワードの作成

スマートフォンの変更前に、IDとパスワードを作成します。

1



2



3



4

任意のIDとパスワードを入力後、「登録」をタップしてください。

※IDとパスワードは忘れた時のために、メモをとるようにお願いします。



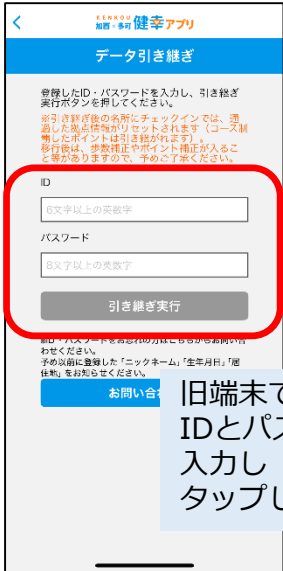
データ引き継ぎ（ログイン）

スマートフォンの変更後に、旧端末で使用していた健幸アプリで作成したIDとパスワードを用いてデータを引き継ぎます。

5



6



旧端末で作成したIDとパスワードを入力し「引き継ぎ実行」をタップしてください。

17,お問い合わせ

ご質問等ございましたら、以下の方法でお問い合わせください。

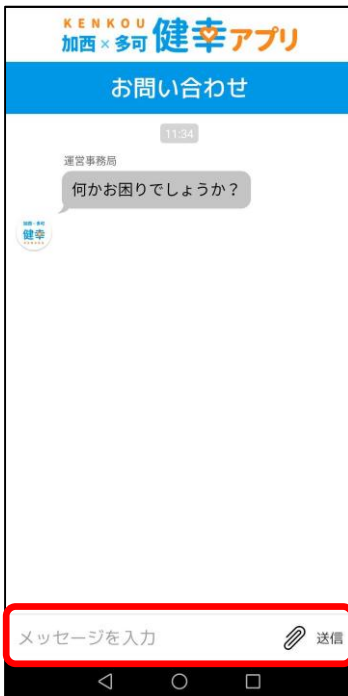
1



2



3



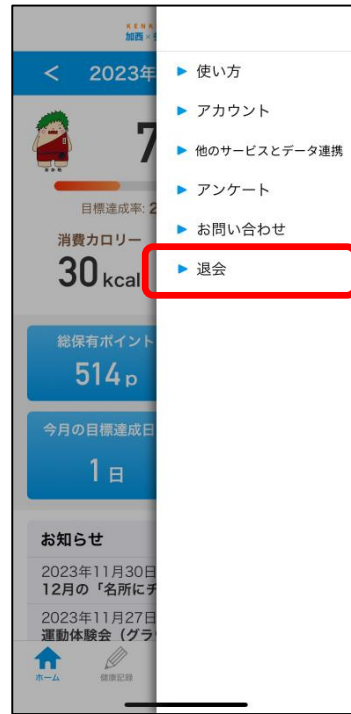
お問い合わせ内容を入力し送信をタップ

18, 退会

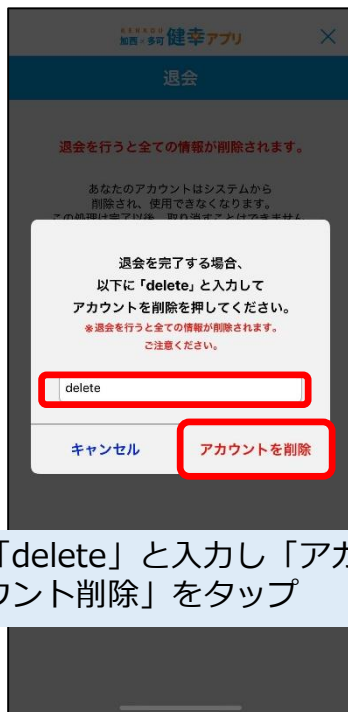
1



2



3



「delete」と入力し「アカウント削除」をタップ

※退会処理を行うと、
各種データやポイントが全て削除され、
復元することはできません。
誤って操作しないようご注意ください。