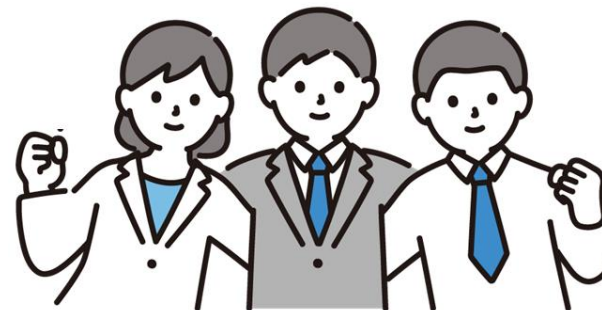


# 『KENPOSアプリ』



---

## 利用者向け操作マニュアル

2022年10月17日

## ① KENPOSアプリの機能について

- 1.健康活動登録(歩数・体重・行動・睡眠・食事・運動)
- 2.ポイント付与・確認
- 3.健康クイズ・健康情報配信
- 4.お知らせ・アンケート機能
- 5.健診結果手入力
- 6.歩数ランキング
- 7.QR読み取り機能
- 8.各種イベント

## ② よくある質問

- 1.FAQ

## KENPOSアプリの機能について

## KENPOSアプリ基本機能一覧



### ① 健康活動の記録

端末から歩数情報の取得可能。歩数に加え、体重・食事・睡眠等の記録とグラフでの経過観察が可能。



### ④ お知らせ・アンケート機能

アプリ上で富士見町からのお知らせ受信、アンケート回答等が可能。



### ② ポイント付与・確認

健康活動成果に対してインセンティブの付与。獲得ポイント数も随時確認可能。



### ⑤ 健診結果手入力機能

健診受診後、健診結果をご自分で手入力することが可能。結果を経年で表示。



### ③ 健康クイズ・健康情報配信

医師等専門家の協力で、健康クイズや記事等で正しい知識に基づくサポート。



### ⑥ 歩数ランキング

### ⑦ QRコード読み取り機能

### ⑧ 各種イベント

など、さまざまなコンテンツをご用意しています。

## ■ 健康活動登録とは

日々の健康活動を毎日記録することができます

記録することで、KENPOSチケットがもらえます

### ・ 記録できる項目

歩数・体重・行動記録・睡眠・WEBGYM(エクササイズ)・食事(摂取カロリー)が記録できます。

### ・ 入力方法

①データ連携 (iOSヘルスケア/Google Fit/Fitbit)

⇒歩数・体重・体脂肪率

②手入力 (毎日の記録画面)

⇒歩数・体重・体脂肪率・腹囲・行動記録・睡眠

③他アプリとのデータ連携

⇒運動：WEBGYM・食事：あすけん

## KENPOSアプリでデータ取得設定をすれば、アプリを起動するだけで日々の歩数や体重がKENPOSに連携できます

KENPOSアプリで  
データ取得設定を  
しておけば

### データ取得設定 (iOS)



### データ取得設定 (Android)



アプリ起動するだけで

- ・アプリのホーム画面へ遷移したとき
- ・アプリのホーム画面を再表示したとき

### ホーム画面



歩数や体重のデータが  
アプリやサイトに連携できます

連携される日数は  
当日+過去14日分=合計15日分(最大)  
です

### ホーム画面



### 毎日の記録画面



## お手持ちの歩数計や体重計の数値を手入力できます

## 行動項目や睡眠の状態も記録できます

毎日の記録画面で入力したデータは  
KENPOSサイトにも反映されます。

ホーム画面



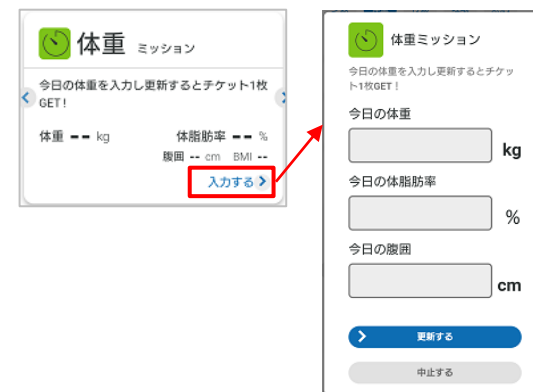
毎日の記録画面



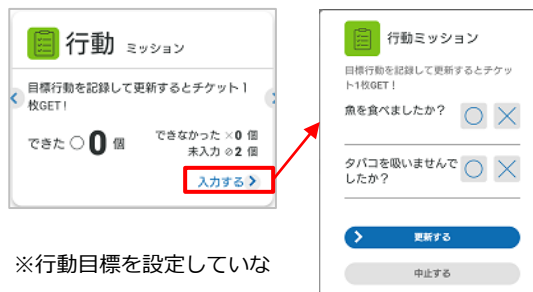
▼歩数記録



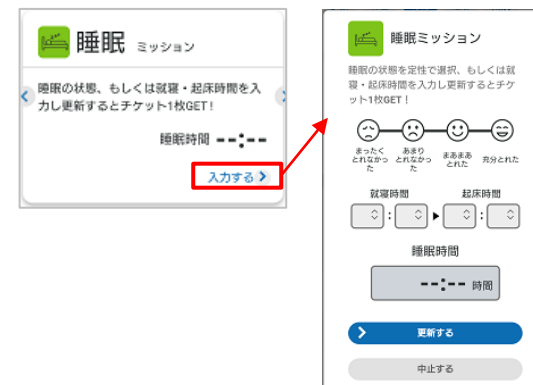
▼体重記録



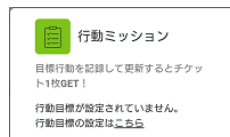
▼行動記録



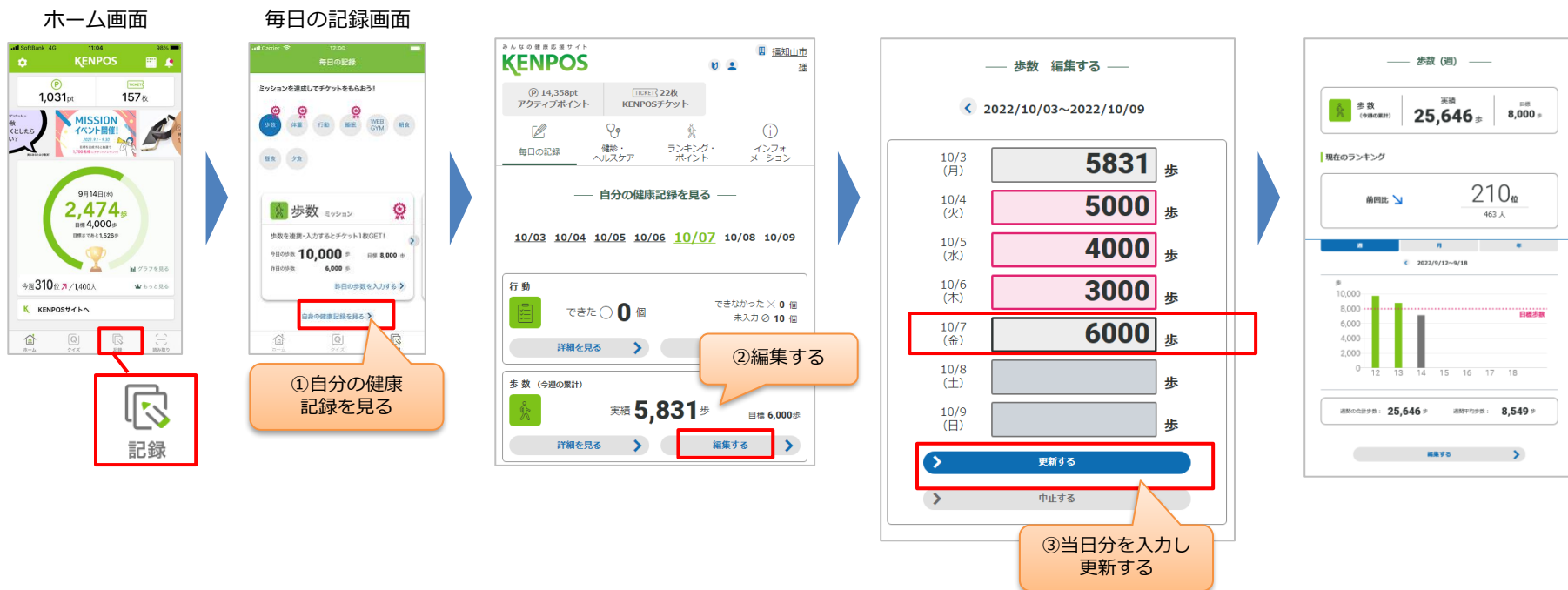
▼睡眠記録



※行動目標を設定していない場合はKENPOSサイトで設定してください



当日分の歩数を手入力したい場合、以下画面遷移にて入力が可能です  
上記方法で当日の23:59までに入力がされた歩数につきましては、  
ポイントの付与対象となります





## WEBGYMアプリと連携して動画を視聴すると 運動記録（消費カロリー）が連携されます

毎日の記録画面



WEBGYMログイン画面



新規登録の方は

「新規登録の方はこちら」

既にWEBGYM会員の方は

「すでに会員の方はこちら」

をタップしてお進みください。

WEBGYMについて



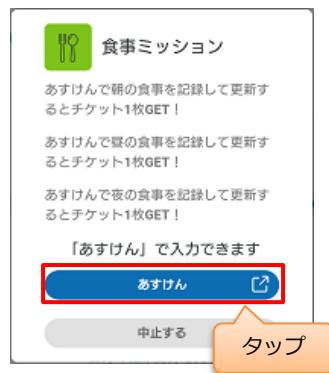
運動したいけど、近くにジムがない、  
忙しくて通えない。自宅や職場など  
色々な所で運動がしたい。  
WEBGYMはそのような方向けのアプリ  
ケーションです。

※WEBGYMとの連携方法は下記ページで詳しくご紹介しています。

[https://www.kenpos.jp/contents/data-link\\_webgym](https://www.kenpos.jp/contents/data-link_webgym)

## あすけんアプリと連携して食事を記録をすると 食事記録（摂取カロリー）が連携されます

毎日の記録画面



あすけんログイン画面



あすけんアプリ未登録の場合は  
アプリをインストールしてください。  
既にあすけん会員の方は  
「ログイン」をタップして  
お進みください。

あすけんについて



あすけんはPCやアプリで簡単に食事の記録をするだけで、管理栄養士からのアドバイスが受けられるサービス！今日からあなたのダイエットが変わります！

※あすけんとの連携方法は下記ページで詳しくご紹介しています。

[https://www.kenpos.jp/contents/data-link\\_asuken](https://www.kenpos.jp/contents/data-link_asuken)

## ■ KENPOSチケットとは

日々の健康活動を登録することでもらえるチケットです。

溜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できます。

### ① KENPOSチケットが貯まる活動(1日/最大12枚)

- ・ KENPOSログイン・歩数記録・体重記録・睡眠記録・行動記録・運動記録  
食事記録(朝/昼/晩)・歩数連携・健康クイズ回答・アプリ起動
- ・ 月間ログインボーナス：20枚スタンプ貯まるとチケット50枚付与

### ② KENPOSチケットの使い方

- ・ チケット10枚で1回抽選ができます。結果に応じたポイント付与されます。

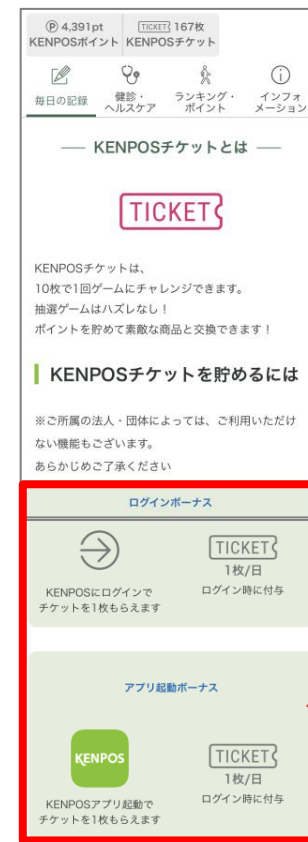
### ③ KENPOSチケットの有効期限

- ・ 当年度に貯めたチケットは、翌々年度の3月31日まで有効です。  
これを過ぎるとチケットは消滅します。

## KEPOSチケットを貯めるには



チケット通帳画面



① 「TICKET」タブをタップします。

② 「チケットを貯める」タブをタップします。

③ チケットが貯まる活動を確認できます。

## KEPOSチケットを使うには



① 「TICKET」タブをタップします。

チケット通帳画面



② 「チケットを使う」タブをタップします。



③ 保有チケット数に応じて抽選でき、ポイント付与されます。

## ■ KENPOSポイントとは

KENPOSチケットを使い、抽選することで貯まるポイントです。  
貯めたポイントは素敵な商品と交換することができます。

### ①ポイントを貯める方法

- ・日々の健康活動の記録で貯めたKENPOSチケット10枚で1回、抽選チャレンジできます。最低でも1ポイント以上獲得できます。

### ②ポイントの使い方

- ・獲得したポイントは、**富士見町オリジナル商品券500円分**と交換することができます。

### ③ポイントの有効期限

- ・当年度に抽選で獲得したポイントは当年度の3月31日まで有効です。これを過ぎるとポイントは消滅します。

## ポイントを貯めるには



ポイント通帳画面



ポイントとはページ



① 「P」タブをタップします。

② 「ポイントを貯めよう」タブをタップします。

③ ポイントの貯め方が記載されているページに遷移します。



富士見町KENPOSでは以下内容で、ポイントを貯めることが可能です。

## 初回登録 ポイント

KENPOS登録でもれなく全員に  
ポイントプレゼント!  
(初回のみ)



**300pt**  
付与:

- ①1日~10日 → 同月15日付与
- ②11日~20日 → 同月25日付与
- ③21日~月末 → 翌月5日付与

※付与日が休業日の場合は、年末年始を除く前営業日

## ログイン ポイント

毎日KENPOSにログインするだけで  
ポイントプレゼント!



**1pt/日**  
付与: 日時

## 歩数ポイント

一日4,000歩以上歩いた方に、  
ポイントプレゼント!



**2pt/日**  
付与: 日時

## 歩数健康 ポイント

一日8,000歩以上歩いた方に、  
さらにポイントプレゼント!



**2pt/日**  
付与: 日時

## イベント 参加賞ポイント

みんなで健康223認定の、富士見町で開催  
される各種イベントや教室ご参加で、50ポ  
イントプレゼント!



**50pt/回**  
付与: QRコード読み取りにより  
即時付与

## 健診受診 ポイント

特定健診・人間ドック・一般健診・個別健  
診・後期高齢者健診のいずれかを受けると、  
200ポイントプレゼント!  
※ポイントカードとの重複は不可



**200pt/回**  
付与: QRコード読み取りにより  
即時付与

## 検診受診 ポイント

大腸がん検診、胃がん検診、乳がん検診、  
歯科検診、前立腺がん検診、肺がん検診、  
子宮頸がん検診、骨密度検診を受けると、  
50ポイントプレゼント!  
※ポイントカードとの重複は不可



**50pt/回**  
付与: QRコード読み取りにより  
即時付与



## ポイントを使うには



① 「P」タブをタップします。

ポイント通帳画面



② 「ポイントを交換しよう」ボタンをタップします。

ポイント交換画面



③ 富士見町オリジナル商品券500円分の交換画面へ遷移します。

## ■ 健康クイズとは

KENPOS内で毎日更新される健康に関するクイズです。

クイズに回答すると参加賞としてKENPOSチケットを1枚獲得できます。

※出題内容が高難度のため、解説ページも読みごたえのあるクイズです。

---

## ■ 健康情報とは

KENPOS内で定期配信している医師等の専門家が監修する健康情報です。

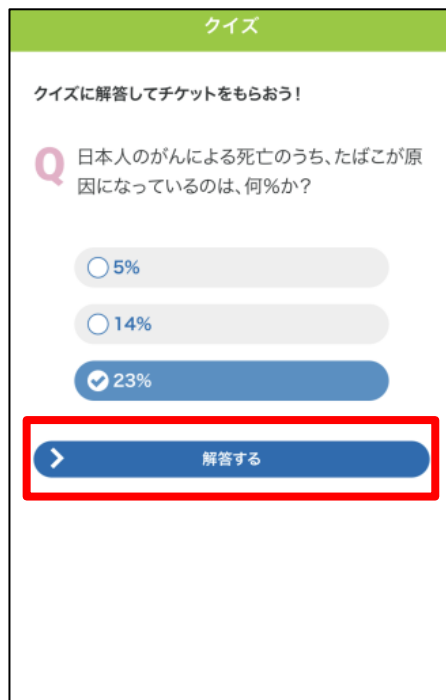
※毎週専門家による記事配信です。

時事ネタを含め興味関心の高い記事を選定、配信しています。

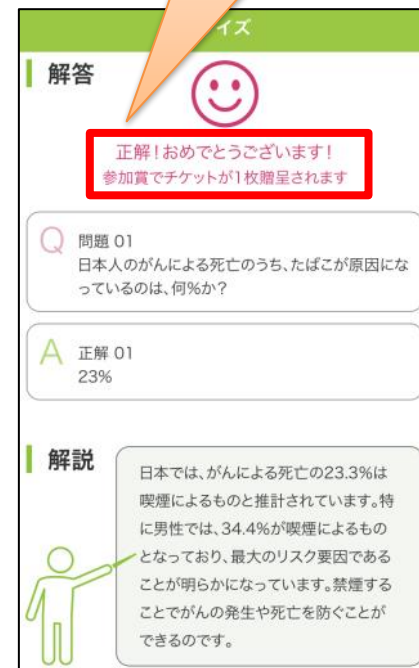
## 健康クイズに解答するには



解答画面



正解しなくても解答すればチケットが1枚獲得できます。



① 「クイズ」タブをタップします。

② 答えを選択し、「解答する」タブをタップします。

③ 解答するとKENPOSチケット1枚を獲得できます。

## 健康情報を見るには



メンタルヘルスを改善する運動習慣記事



認知症予防に関する記事



① 赤枠内のタブをタップします。

② 該当の健康記事を閲覧することができます。

## ■お知らせ・アンケート機能とは

富士見町からまたはKENPOSからのお知らせをアプリ上で確認することができます。またアンケートを回答することもできる機能です。

### ①新着のお知らせ機能

- ・新着情報が届くとアプリ上でバッジが表示されます。
- ・新着情報をプッシュ通知でお知らせします。

### ②お知らせの種類

- ・所属団体(お知らせ・アンケート)
- ・KENPOS(キャンペーン・障害・アンケート)

## お知らせ・アンケートを見るには



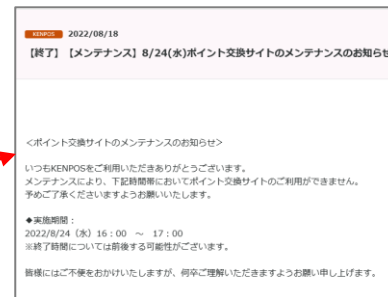
お知らせ画面



アンケート画面



お知らせ画面



① 赤枠内のタブをタップします。

② 富士見町からのお知らせやアンケートを見ることができます。




## ■ 健診結果手入力機能とは

ご自身の健診結果を項目ごとに入力でき、閲覧できる機能です。  
健診結果を継続的に入力することで、経年変化やリスクの高まりを  
分かりやすく表示します。

### ① 健診結果表示

- ・表示されている検査結果および問診項目は、ご自身の登録に基づいて表示されます。空欄項目は未登録となります。

### ② 健診結果の信号表示について

- ・メタボリックシンドロームの判定に用いられる検査項目について信号表示しております。
  -  : 正常レベル(今のところ異常がないレベル)
  -  : 注意レベル(注意の対象になる可能性があるレベル)
  -  : 警告レベル(医師の診断が必要と考えられるレベル)







## ■歩数ランキングとは

同じ団体の中での歩数ランキングが表示されます。

### ①歩数ランキング表示について

- ・毎週月曜日～日曜日までの総歩数でランキング算出されます。
- ・計算は1日1回計算されます。
- ・総歩数の多い順(降順)で表示されます。

※毎週月曜日は集計のため、ランキングは表示されません。

ランキングページでは「毎週」のランキングが表示されます。

### ②歩数ランキング確定のタイミングについて

- ・今週と前週のランキングは暫定です。歩数入力によって変動します。
- ・前々週以前のランキングは確定です。確定後も歩数入力は可能ですが、ランキングは変動しません。

## 歩数ランキング機能を使うには



ランキング画面

2022/09/05~2022/09/11 (暫定)

鈴木 一郎  
61位 / 510人  
週間合計歩数: 34,187歩  
週間平均歩数: 8,547歩

順位	前回比	名前	総歩数 (平均歩数)
61位	↗	鈴木 一郎	34,187 (8,547)
62位	↗	非公開ユーザー	34,184 (8,546)
63位	↗	うっちー	34,094 (8,524)

初回ログイン画面

ニックネーム・氏名・氏名公開設定

歩数ランキングに使用する氏名を指定してください。  
本名を公開する場合は、「氏名」を選択してください。  
ニックネームを使用する場合は、ニックネーム欄に任意でニックネームを入力してください。  
公開したくない場合は、「非公開」を選択してください。

氏名  
 ニックネーム  
 非公開

ひみつの質問 必須  
パスワードをお忘れの際に使用するひみつの質問を選択してください。

ひみつの質問の答え 必須  
回答は15文字以内で入力してください。



初回ログインした際に設定した名前が表示されます。

① 赤枠内のタブをタップします。

② ランキングが表示され、ご自身の順位を確認できます。

## ■ QRコード読み取り機能とは

ポスター等に設置してあるQRコードをKENPOSアプリで読み取るとポイントを即時獲得できる機能です。

### ①ポイント獲得頻度

- ・ 期間中1回のみまたは期間中毎日獲得可能、の2パターンとなります。  
※キャンペーン、イベント内容によって異なります

### ②付与ポイント数

- ・ 各QRコードごとに設定されているポイント数を獲得できます。  
※キャンペーン、イベント内容によって異なります

## QRコード読み取り機能を使うには



付与ポイント数は  
キャンペーン  
イベント内容に  
よって異なります。



QR読み取り画面



ポイント獲得画面



① 赤枠内のタブをタップします。

② QRコードを読み取ります。

③ 団体に設定したポイントを獲得することができます。

## ■各種イベントとは

KENPOS企画で開催するイベントです。指定する健康活動等を記録することで、抽選でKENPOSチケットが獲得できます。

### ①開催期間

- ・毎月1日～月末までの1か月です。

### ②チケット付与条件と付与時期

- ・記録日数ごとに設定した付与チケット枚数を、抽選で当選した方に付与されます。当選した場合チケットは、翌月中旬に付与されます。  
(イベントごとにチケット枚数は異なります)

### ③記録入力期限

- ・イベント開催翌月3日まで記録されたものが対象となります。

## 各種イベントに参加するには



## FAQ

No	質問 (Q)	KENPOS回答 (A)
1	仮登録メールが受信されません。	<p>&lt;&lt;フリーメールをご利用の方によくある事例&gt;&gt;</p> <p>▼「迷惑メールフォルダ」、あるいは「ゴミ箱」など別のフォルダに入っている 迷惑メール防止機能により「迷惑フォルダ」「削除フォルダ」「スパムフォルダ」等に自動的に振り分けられてしまうことがあります。 ※迷惑メール等の各設定につきましては、メールサービス提供元へご確認ください。</p> <p>&lt;&lt;携帯メールをご利用の方によくある事例&gt;&gt;</p> <p>▼メール防止フィルターによってはじかれている メール防止フィルターをご利用の場合は、(@kenpos.jp)のフィルターを解除し、【no-reply@kenpos.jp】を受信できるよう設定をお願い致します。</p> <p>▼携帯電話会社の設定によってはじかれている (URLを含むメールの受信拒否など) 携帯電話会社や、機種により、定期的にメール受信の設定に更新がかかる場合がございます。その為、今まで受信されていたメールが届かなくなる場合がございます。ドメイン設定などされていないのに、弊社からのご連絡が届かない場合は、各携帯電話の設定のご確認をお願い致します。</p> <p>&lt;&lt;その他の可能性&gt;&gt;</p> <p>▼メールアドレスの間違い お客様が初回登録時に入力されたメールアドレスの記述が間違っているケースがございます。入力内容に誤りが無いか改めてご確認ください。</p> <p>▼ウイルス対策ソフト、セキュリティソフトの設定 ウイルス対策ソフト、セキュリティソフトの設定によっては、メールを迷惑メールと判断し、受信拒否・削除することがあります。 お使いのセキュリティソフトの設定をご確認頂き、迷惑メール除外設定をお願い致します。</p> <p>▼プロバイダのウイルスブロックや迷惑メール振り分けサービス設定 プロバイダによっては、ウイルスブロックや迷惑メール振り分けサービスが標準設定されている場合があります。「なりすましメール拒否機能」や「受信拒否設定」のセキュリティによりメールがブロックされ届いていない可能性がございます。各プロバイダのページでご確認ください。</p> <p>▼サーバー上のメールボックスがいっぱいになっている場合 サーバー上のメールボックスの容量には上限があり、定期的にメール受信して削除しないと、受信ボックスがいっぱいになってしまいます。 受信ボックスがいっぱいになると、新しいメールを受け付けられないことがありますので不要なメールの削除をお願い致します。</p> <p>⇒上記でも解消されない場合、お手数ですが再度初回登録から行っていただきますよう、お願い致します。</p>



No	質問 (Q)	KENPOS回答 (A)
2	KENPOSアプリインストール時に求められる、Apple ID、パスワードが分かりません。	<p>&lt;&lt;AppleID確認方法&gt;&gt;</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>1 ステップ1</p> <p>iPhoneのホーム画面にある「設定」をタップ</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>2 ステップ2</p> <p>「設定」画面上部にある「名前」をタップ</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>3 ステップ3</p> <p>以下の画面にてご確認いただけます。</p>  </div> </div> <p>&lt;&lt;上記でもAppleIDを確認できなかった場合&gt;&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>「Apple ID - Apple サポート 公式サイト」を確認。 <a href="https://appleid.apple.com/">https://appleid.apple.com/</a></li> <li>「AppleIDまたはパスワードをお忘れですか?」を押下</li> <li>「Apple IDをお忘れになった場合は、こちらで検索できます。」を押下</li> <li>姓、名、メールアドレスを入力し、続けるを押下</li> </ol> <p>&lt;&lt;Appleパスワード確認方法&gt;&gt;</p> <p>Apple ID のパスワード (ご自身で決めた「8文字以上の英数字の組み合わせ」) のご確認方法はありません。 「Apple ID のパスワードを忘れた場合 - Apple サポート」をご確認ください。 <a href="https://support.apple.com/ja-jp/HT201487">https://support.apple.com/ja-jp/HT201487</a></p>
3	KENPOSアプリインストール時に求められる、googleアカウント、パスワードが分かりません。	<p>&lt;&lt;googleアカウント確認方法&gt;&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>「Playストア」を選択</li> <li>左上の「メニュー (三本線)」または右上のアカウントのアイコンを選択</li> <li>表示されたGmail™ のアドレスがご利用中のGoogle™ アカウントです</li> </ol> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> <p>&lt;&lt;googleパスワード確認方法&gt;&gt;</p> <p>※ChromeなどのブラウザにGoogleアカウントのパスワードを保存している場合に限る</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>ご自身のスマートフォンで「google」と検索</li> <li>画面右上のアカウントのアイコンを選択</li> <li>「Googleアカウントを管理」を選択</li> <li>個人情報タブ&gt;パスワードの順に選択</li> <li>現在のパスワードが「●●●●●●●●」のように非表示になっているため【目のマーク】を押下</li> <li>「●●●●●●●●」となっていた現在のパスワードが表示されて確認可能</li> </ol>

No	質問 (Q)	KENPOS回答 (A)
4	KENPOSアプリに歩数が表示されません。	<p>以下のようなケースが考えられます。</p> <p>①データ取得設定はお済みですか？初回ログインの場合は「初回設定画面」、それ以降は「設定画面」で設定できます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ iPhone : iOSヘルスケア/Fitbit</li> <li>・ Android : Google Fit/Fitbit</li> </ul> <p>②データ取得設定に失敗している可能性があります。端末の「設定」からデータ取得を許可してください。</p> <p>③アプリホーム画面に表示される歩数は「データ取得設定」で連携された歩数です。 アプリの「毎日の記録」画面やKENPOSサイトで手入力したデータは表示されませんのでご注意ください。</p> <p>④iphoneの方は「iOSヘルスケア」が自動インストールされていますが、Androidの方は「google Fit」を別途インストールする必要があります。 ▼google Fitのインストールはこちらから</p> 
5	KENPOSアプリにログインできません。	<p>KENPOSアプリは、KENPOSサイトと共通のアカウントでログインいただけます。</p> <p>ログインIDはメールアドレス、パスワードは初回登録時にお決めいただいた、数字と英字の両方を含む8文字以上の文字列です。</p> <p>ログインIDがわからない、パスワードがわからない、初回登録状況が不明などの質問は、KENPOSアプリログインページ下部の「ログインヘルプ」でご確認ください。</p>
6	データ取得設定を行った場合、最大何日分のデータが連携されますか？	当日+過去14日分=合計15日分(最大)です。
7	歩数がこまめに増えないです。	<p>消費電力を少なくするために、リアルタイムに更新がかからないようになっています。歩数は以下のタイミングで更新されます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ アプリを立ち上げたタイミング</li> <li>・ ホーム画面を表示したタイミング</li> <li>・ ホーム画面を下に引っ張って更新したタイミング</li> </ul>
8	アプリからの連携データと手入力したデータは、どちらが優先されますか？	<p>手入力したデータが優先されます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 連携データ : iOSヘルスケア、Google Fit、Fitbitから取得したデータ</li> <li>・ 手入力データ : アプリの毎日の記録画面やKENPOSサイトで手入力したデータ</li> </ul> <p>※KENPOSアプリの「毎日の記録画面」で入力したデータは手入力扱いになります。</p>
9	iOSヘルスケア、Google Fit、Fitbitから連携できるデータは何ですか？	<p>歩数、体重、体脂肪率※が連携できます。 (※Google Fitはアプリ上の入力ではなく体組成計等からの連携になります)</p>
10	Google Fitには体脂肪率を入力する欄がありません。	<p>2021年4月1日現在、Google Fitアプリからは入力できませんが、体組成計等の機種によってはGoogle Fitに連携できるようです。詳しくは体組成計等のマニュアルでご確認ください。体組成計等からGoogle Fitに連携できていれば、そこからKENPOSアプリに連携ができます。</p>
11	機種変更したら使えなくなりますか？	<p>機種変更してもご利用いただけます。以下の手順でご利用ください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 手順1 : 新機種でKENPOSアプリをダウンロード</li> <li>・ 手順2 : KENPOSのID・パスワードでログイン(サイト・アプリ共通)</li> <li>・ 手順3 : iOSヘルスケア・Google Fit・Fitbitからデータ取得したい場合は、改めてデータ取得設定を行ってください</li> </ul> <p>なお旧機種で連携・入力したデータはKENPOSサーバーに保存されるので、スマートフォンの機種変更やキャリア変更をした場合でもこれまで記録したデータは消えません。</p>
12	同じ日に歩数や体重を別のデバイス(例えばiOSヘルスケアとFitbit)からデータ連携した場合、どちらが優先されますか？	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歩数 : 一番多いデータが優先されます</li> <li>・ 体重 : 最新のデータが優先されます</li> </ul>

No	質問 (Q)	KENPOS回答 (A)
13	プッシュ通知が届きません。	ご利用端末の設定で「KENPOSアプリ」からの通知または端末全体の通知が「オフ」になっている可能性があります。一度端末側の設定をご確認ください。
14	月間ログインボーナスのスタンプはどうやって貯まりますか？	アプリにログイン（アプリ起動）するだけでスタンプが貯まります（1日1個、初回のみ）。今月獲得したスタンプ数は、アプリ上部のスタンプカードアイコンから確認できます。20個獲得を目指してKENPOSアプリ起動を習慣化してください。
15	スタンプが月に20個貯まりませんでした。	スタンプカードは毎月1日にリセットされます。スタンプが月に20個貯まらなかった場合はボーナス獲得となりませんので、あらかじめご了承ください。
16	スタンプカードが表示されなくなりました。なぜですか？	月間ログインボーナスを獲得したら「達成済み」となり、スタンプカードは表示されません。翌月には新しいスタンプカードが表示されますので、それまでお待ちください。
17	KENPOSサイトに月20回以上ログインしましたが、スタンプカードによる月間ログインボーナスの対象にはなりませんか？	月間ログインボーナスはKENPOSアプリのみの機能のため、KENPOSサイトへの月20日以上ログインは、月間ログインボーナスの対象外となります。スタンプカードによる月間ログインボーナスの対象は、KENPOSアプリに月20回以上ログインした方です。
18	登録メールアドレスを変更したいのですが、どうすればよいですか？	マイページ内「アカウント」タブを選択し、「メールアドレス」の「編集ページに移動する」より変更することができます。 ※マイページは、ログイン後トップページ右上部に表示されているご自身のお名前をクリックすると表示されます。
19	目標設定はどこで設定することができますか？	マイページ内「目標」タブを選択し、表示されたページの「編集ページに移動する」から設定できます。 ※マイページは、ログイン後トップページ右上部に表示されているご自身のお名前をクリックすると表示されます。
20	行動目標はどこで設定するのですか？	マイページ「目標」タブを選択し、「行動目標」下の「編集ページに移動する」から設定できます。 ※マイページは、ログイン後トップページ右上部に表示されているご自身のお名前をクリックすると表示されます。
21	行動目標の解除はどのように行いますか？	「行動目標」編集ページより、解除したい行動項目のチェックマークを外し、「更新する」ボタンをクリックしてください。 ※「行動目標」編集ページは、マイページ内の「目標」タブを選択し、「行動目標」欄の「編集ページに移動する」より遷移すると
22	一度解除した行動目標の過去の記録履歴はどうなりますか？	解除した行動目標の記録履歴は保持されています。 行動目標として再設定すると過去の履歴も閲覧できるようになります。
23	行動記録とは何ですか？	毎日の健康的な行い（例えば、電車やバスでの移動中は座らない、朝食をとる、など）を目標として掲げ、目標達成できたかできなかったか、毎日記録していくことができる機能です。
24	自分で行動目標を自由に作ることはできないのですか？	行動目標をご自身で作成することはできません。表示されている選択肢よりご自身に合う項目をお選びください。
25	行動目標の表示順は変更できませんか？	表示順の変更はできません。

No	質問 (Q)	KENPOS回答 (A)
26	歩数をまとめて入力したいのですが、どうすればよいでしょうか？	以下手順にて、歩数の入力が可能です。 トップページ上部の「毎日の記録」にカーソルをあて、「歩数」をクリック→画面を下にスクロールし、「編集する」をクリック→各日付の入力・編集を行ってください。 ※1週間毎に表示されるため、画面上部の「<」「>」でページをご選択ください。 ※アプリからログインした場合「KENPOSサイトへ」というボタンをクリック後、上記トップページ上部の「毎日の記録」へ遷移く
27	数日前の歩数を入力した場合、歩数ランキングは変動するのでしょうか？	今週もしくは前週の歩数を入力した場合、歩数ランキングの各種歩数情報や順位は日々変動します。 ただし前々週以前の場合、歩数入力が可能です。歩数ランキングは変動しません。
28	100,000歩以上歩きましたが、入力が出来ません。どうすればよいでしょうか？	入力できる数値は5桁（最大入力歩数：99,999）までとなります。ご了承ください。
29	体重をまとめて入力したいのですが、どうすればよいでしょうか？	以下手順にて、体重の入力が可能です。 トップページ上部の「毎日の記録」にカーソルをあて、「体重」をクリック→「編集する」をクリック→各日付の入力・編集を行ってください。 ※1週間毎に表示されるため、画面上部の「<」「>」でページをご選択ください。 ※アプリからログインした場合「KENPOSサイトへ」というボタンをクリック後、上記トップページ上部の「毎日の記録」へ遷移く
30	メールマガジンが届きません。どうすればよいでしょうか？	お客様のメール設定が、KENPOSからメール受信のできない設定となっている可能性があります。 ご使用になられているメールについて、以下をご確認ください。 1) 迷惑メールフォルダ KENPOSからのメールが誤って迷惑メールとなっていないかご確認ください。 迷惑メールに振り分けられていた場合は、今後は迷惑メールの対象とならないようメールの設定をご変更ください。 2) ドメイン指定受信の設定 「kenpos.jp」をドメイン指定してください。 3) 携帯電話のプラン変更等で登録メールアドレスが使用できなくなっている
31	メールマガジンの配信を止めたいまたは配信してもらいたいです。どうすればよいでしょうか？	メールマガジンの配信設定は、ご自身で変更できます。マイページ「アカウント」タブを選択し、「配信設定」欄の「編集ページに移動する」から設定ください。 なお、メールマガジンはKENPOS登録メールアドレス宛に配信されます。登録メールアドレスがご利用可能なメールアドレスであることを予めご確認ください。 ※マイページは、ログイン後トップページ右上部に表示されているご自身のお名前をクリックすると表示されます。

No	質問 (Q)	KENPOS回答 (A)
32	KENPOSチケットはどこで利用できますか？	アプリログイン後上部の「KENPOSチケット」をクリック、「チケットを使う」よりご利用が可能です。
33	KENPOSチケットとポイントには有効期限はありますか？	有効期限はあります。 ■KENPOSチケット 当年度にためたチケットは、翌々年度の3月31日まで有効です。 ■KENPOSポイント 当年度の抽選ゲームで獲得したポイントは、当年度の3月31日まで有効です。 その他チケットからポイントに交換されたポイント以外（QRコードで読み取り直接ポイント付与されたもの等）は、翌年度の3月31
34	「毎日の記録」で前日分と当日分の歩数情報を登録したのに、KENPOSチケットが2枚付与されないのはなぜですか？	KENPOSチケットの付与は、対象の各活動につき1日1枚までです。 1日のうちで、登録した情報を書き更新しても追加でKENPOSチケットは付与されません。
35	ポイントはどこで交換できますか？	下記方法より交換が可能です。 ①アプリログイン後上部の「ポイントボタン」をクリック、緑色の「ポイントを交換しよう」バナーより交換が可能です。 ②アプリログイン後上部の「ポイントボタン」をクリック、「ポイントを使う」よりご利用が可能です。 ③アプリログイン後のふくぼへの交換バナーをクリックし、そこから交換が可能です。
36	クイズの内容は、アプリとサイトで同じですか？	クイズはアプリとサイトで同じ内容を表示しております。 アプリかサイトのどちらかで解答いただくと、両方「解答済み」と表示されます。
37	FAQを読んでも問題が解消されません。どこに問い合わせすればよいですか？	KENPOSサイトの最下部「よくある質問」をクリックし、FAQを読んでも問題が解消されません。どこに問い合わせればよいですか？という質問をクリック。 こちらからメールにてお問い合わせください。の「こちら」をクリックし、お問い合わせ内容をご入力の上、確認ボタンを押して
38	スマホを「ahamo」「povo」「LINEMO」に変更したらメールが届かなくなりました。どうしたらいいですか？	キャリアメールアドレスをKENPOSにご登録のまま、「ahamo」「povo」「LINEMO」に変更された場合、下記のとおり一部サービスをご利用できなくなるため、ご注意ください。 <<ご利用できなくなるサービス>> 1) メールマガジンの受信 2) ログインIDの確認 3) パスワードの再設定 ※その他、KENPOSからの配信メールが受信できなくなります。 <<対象キャリアメールアドレス>> 1) @docomo.ne.jp 2) @softbank.ne.jp 3) @i.softbank.jp 4) @ezweb.ne.jp 5) @vodafone.ne.jp 6) @au.com 7) @ymobile.ne.jp 等 対象キャリアメールアドレスをKENPOSにご登録されている場合、KENPOSにログイン後、「マイページ」より登録メールアドレスの変更をお願いいたします。 なお、対象キャリアメールアドレス以外をお持ちでない場合は、無料のメールサービス等で新しいメールアドレスを取得の上、登録
39	市外に引っ越しました。利用資格はどうなりますか？	利用資格を失うこととなります。 ご自身でKENPOSサイトにログインいただき、マイページ内「アカウント」タブを選択し、最下部の「アカウントを削除する」より削除対応をお願い致します。 ※マイページは、ログイン後トップページ右上部に表示されているご自身のお名前をクリックすると表示されます。