

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
(2025.5.30 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！



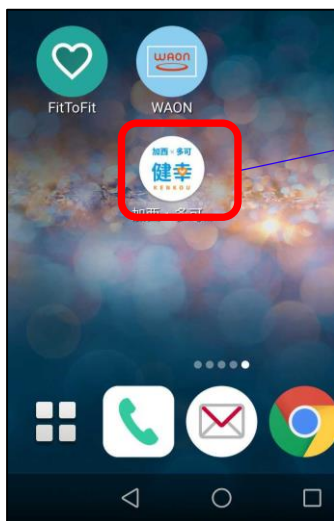
App Storeまたは
Google playより検索！

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。

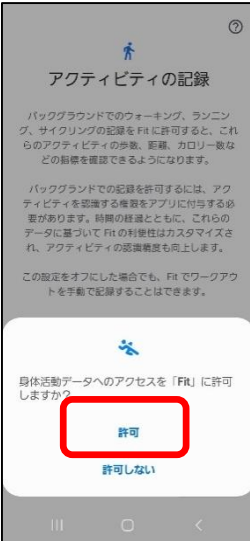
- 

playストアで
Google fitと検索
- 

インストール
- 

名前
メールアドレス
- 

必要事項を入力
- 

オンにする
- 

許可
- 

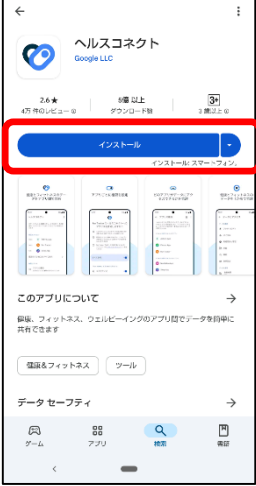
完了後は
Google fitを閉じ、
P4へ進む

2, 初期設定(Android)

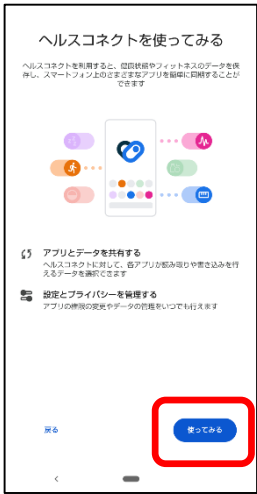
ヘルスコネクト ダウンロード

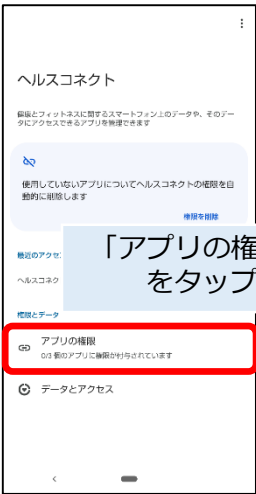
ヘルスコネクトをダウンロードしていない方は以下の作業が必要です。
すでにダウンロードされている方はP5へお進みください。

- 

playストアで「ヘルスコネクト」と検索
- 

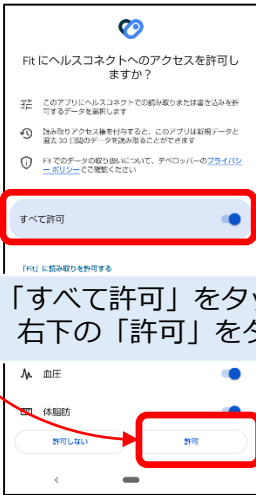
インストール
- 

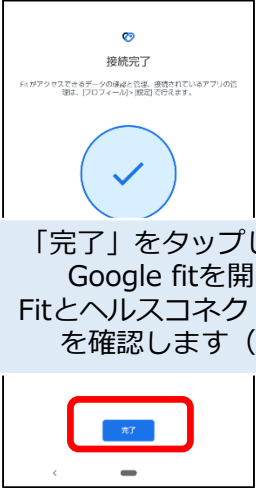
開く
- 

使ってみる
- 

「アプリの権限」をタップ
- 

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。
- 

「設定」をタップ
- 

「すべて許可」をタップし、右下の「許可」をタップ
- 

「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。

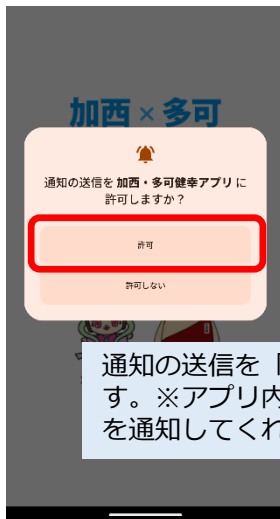


■ 万が一、Fitのホーム画面に「Fitのヘルスコネクットを同期する」という文言が出ている場合は連携ができていないため、まずは「始める」ボタンから同期をしていただき上記①から確認をお願いいたします。

※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 加西 × 多可 健幸アプリ

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幸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「多可町健幸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。ホームの目標達成比率に 표시됩니다。

5000

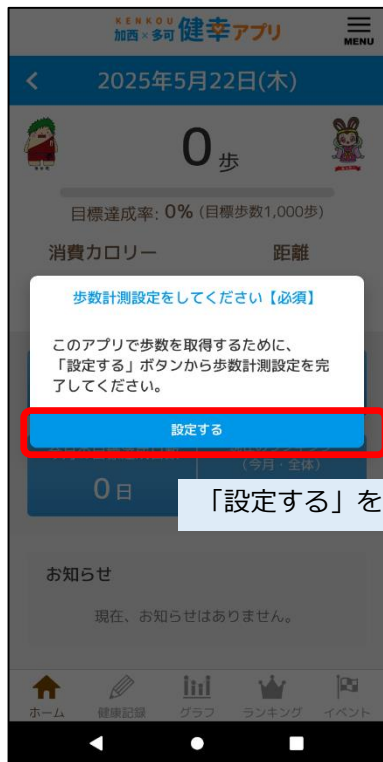
▶ 身長(必須)
※BMI・消費カロリー計算に利用されます。

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。

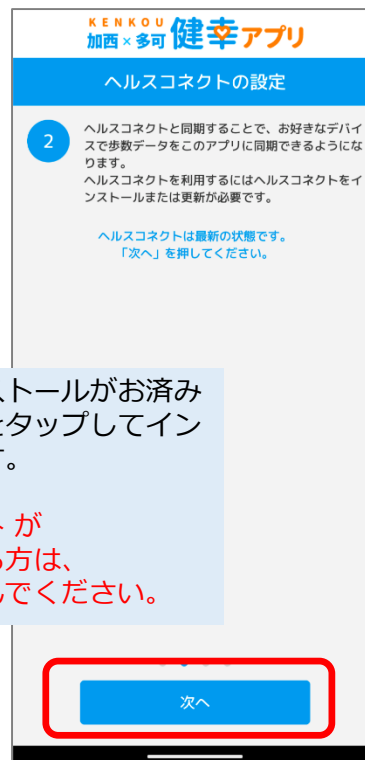
※すでにGoogle Fit がインストールされている方は、そのまま『次へ』で進んでください。

3



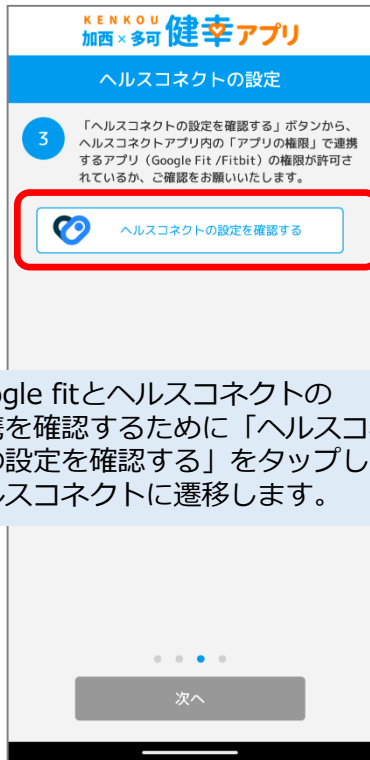
ヘルスコネクトのインストールがお済みでない方は、アイコンをタップしてインストールをお願いします。

※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。



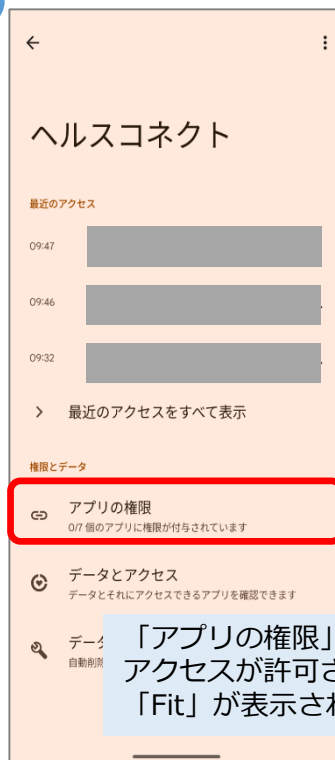
2, 初期設定(Android)

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。

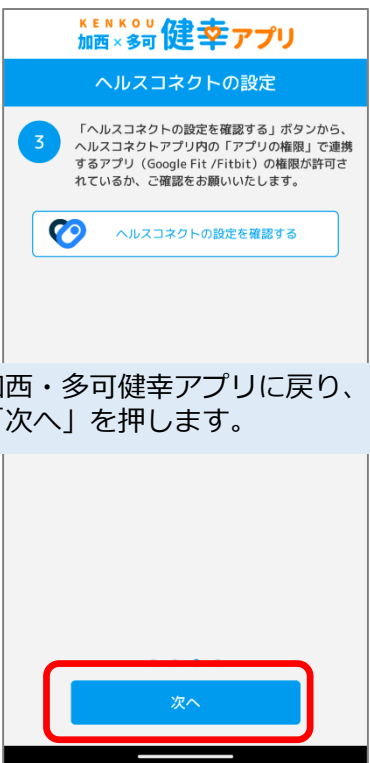
2



「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。

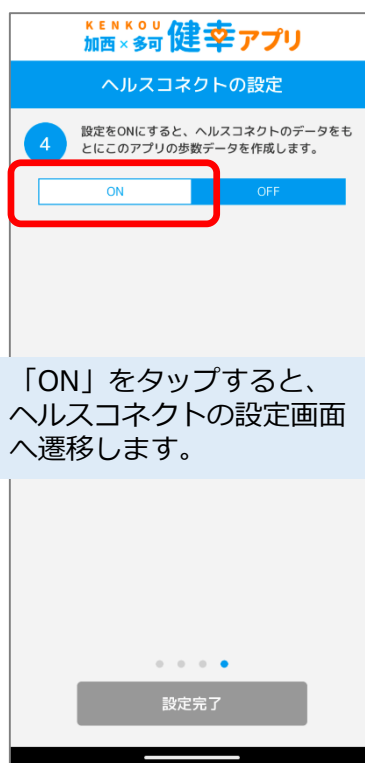


3

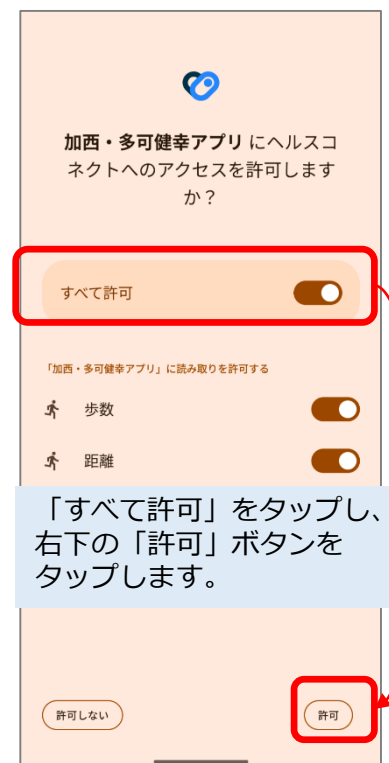


加西・多可健幸アプリに戻り、「次へ」を押します。

4



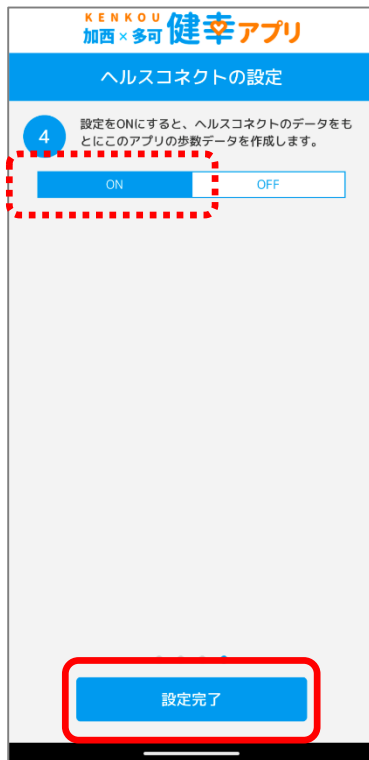
「ON」をタップすると、ヘルスコネクトの設定画面へ遷移します。



「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。

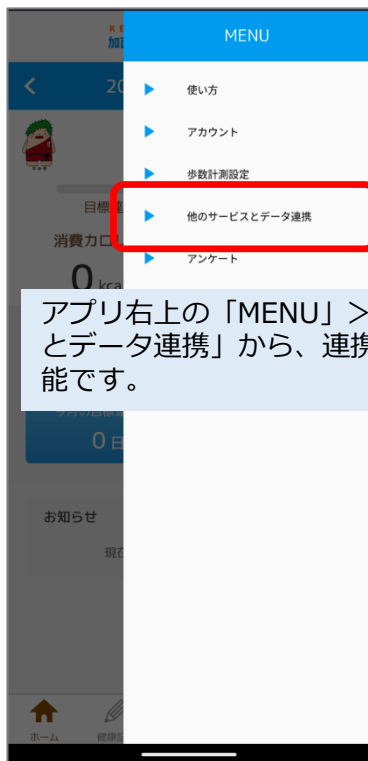
2, 初期設定(Android)

5



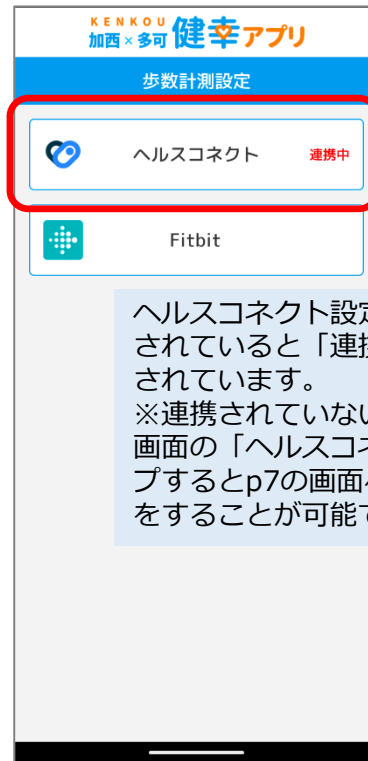
すべての設定が完了すると「ON」の表示に切り替わり、「設定完了」ボタンが有効になります。ボタンをタップし設定が完了です。

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。

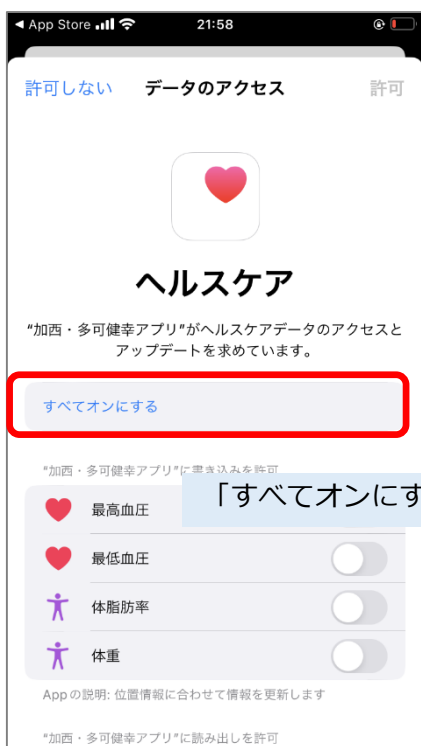
3

4

5

3, 初期設定(iPhone)

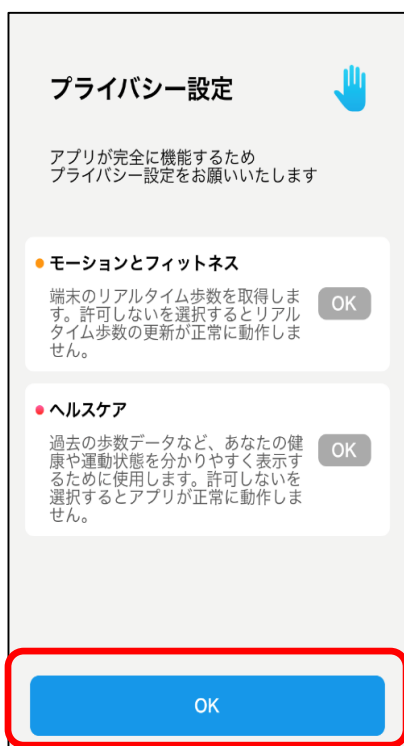
6



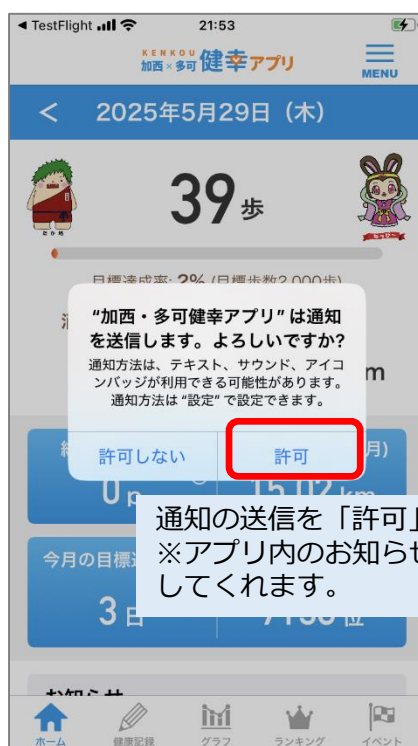
7



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

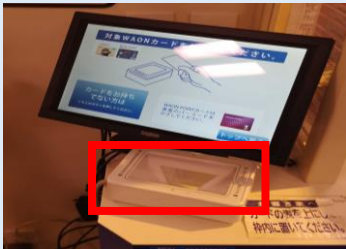
体重を例に説明。血圧も以下の手順と同様です。

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



確認ボタンを押す
※基本情報はPC画面では
変更しないください

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
測定終了の音声が流れたら完了

4, 健康記録

血圧計と連携して記録する方法

1



PC画面の
測定ボタンをタップ

2

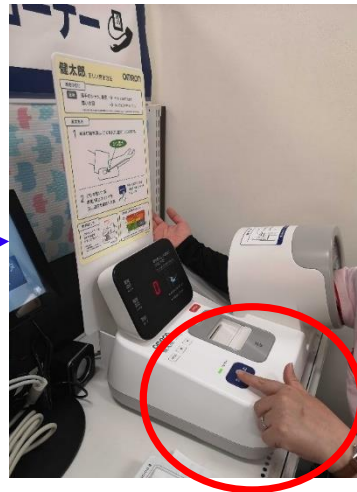


QRコードを表示して
リーダーにかざす

3



音声に従い、
血圧計に腕を入れる



音声に従い、スタートボタンを押す
測定中は安静にし、
終了の音声 flowed たら完了

5, 結果にコミット項目（グラフ）の確認

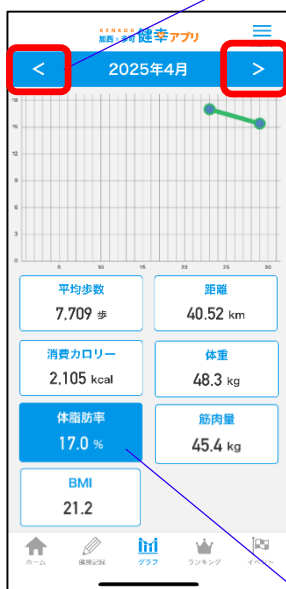
1



「<>」をタップし月の移動が可能です。

2

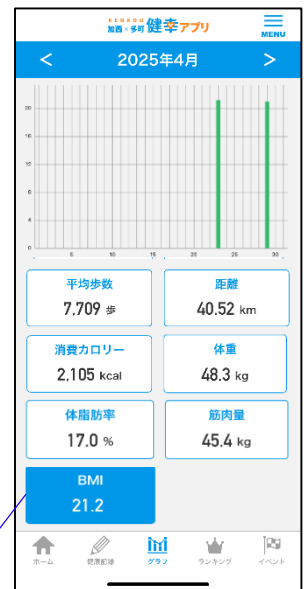
<体脂肪率>



<筋肉量>



<BMI>



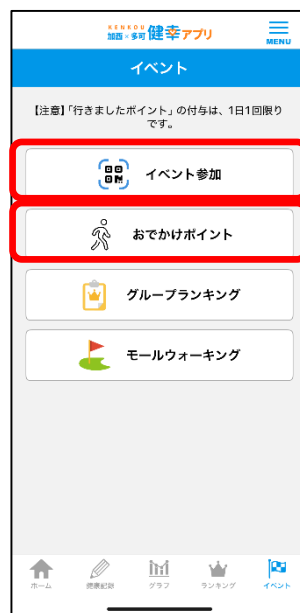
月の初めに体組成計で測定した値が表示されます。

6, イベント参加・おでかけポイント

1



2

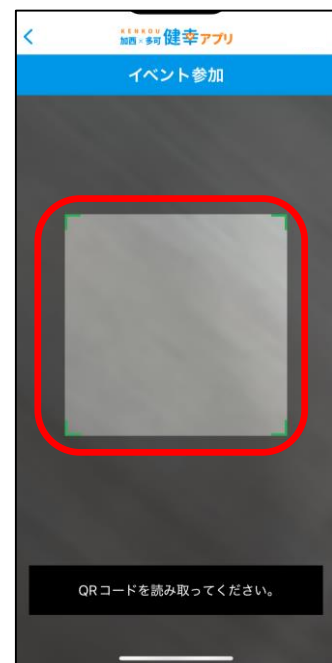


※「イベント参加」（行きましたポイント）は、1日1回（2ポイント）まで取得可能です。

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



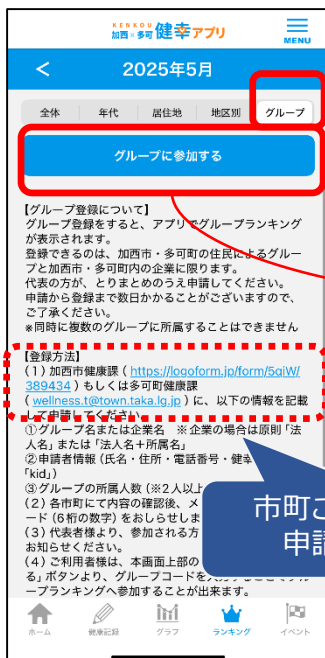
ランキング種別

- ・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。

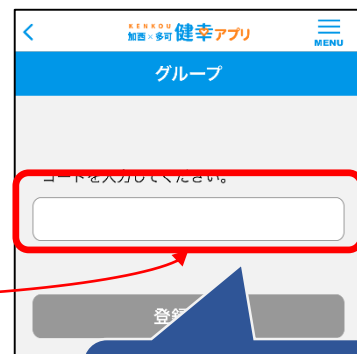
※設定内容の変更については
右上のメニューボタンより
「アカウント」>「アカウント設定」にて
登録をお願いします。

【グループ作成】



市町ごとの申請先へ
申請ください。

【グループ参加】



市町から発行された
コードを入力してください。

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



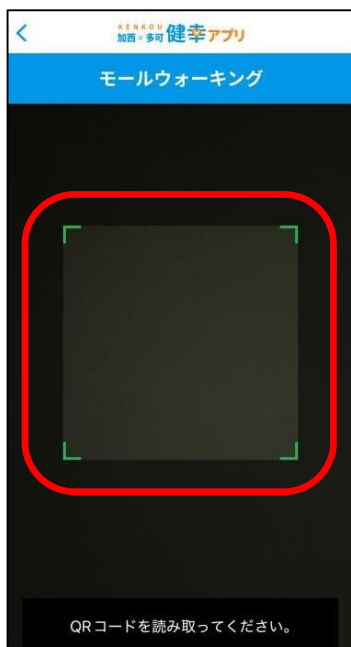
2



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)

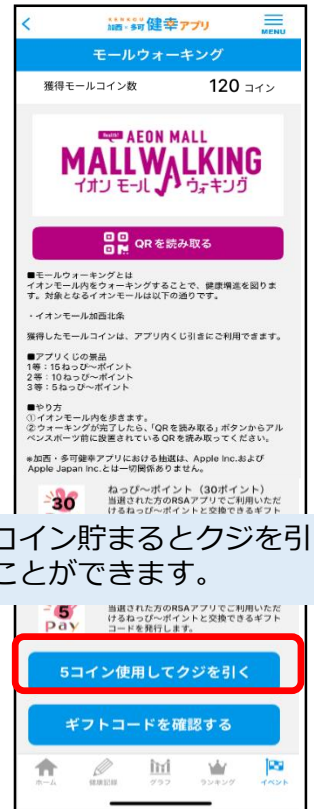
1



2

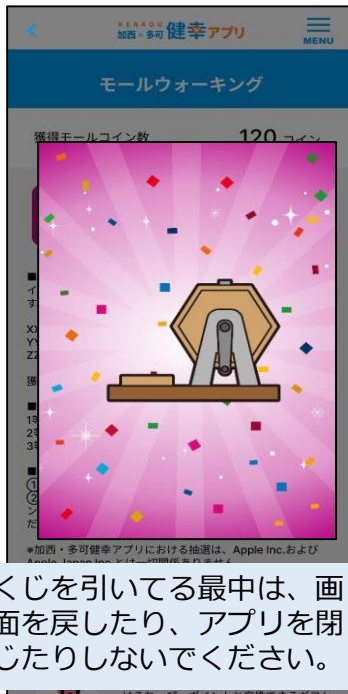


3



5コイン貯まるとクジを引くことができます。

4

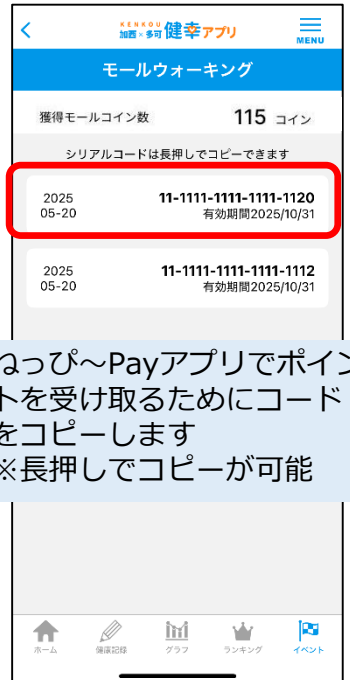


くじを引いてる最中は、画面を戻したり、アプリを閉じたりしないでください。

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。

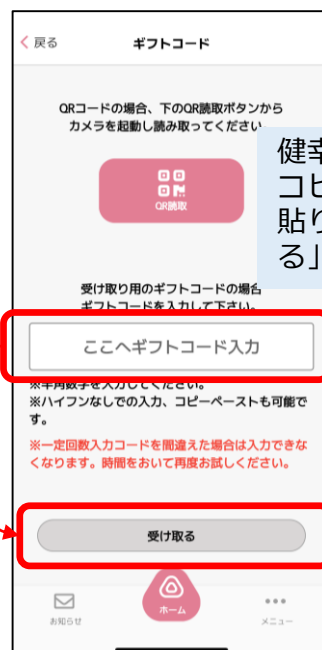


※受け取ったポイントはねっぴ〜Pay取扱加盟店で使用が可能です。

1

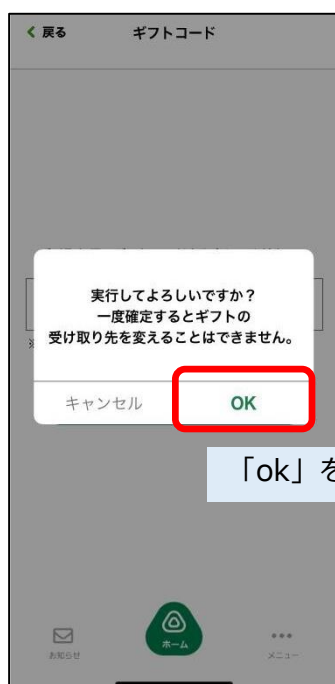


2



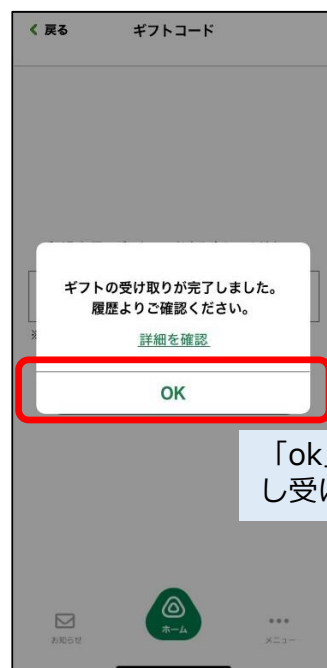
健幸アプリから
コピーしたコードを
貼り付け「受け取
る」をタップ

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。

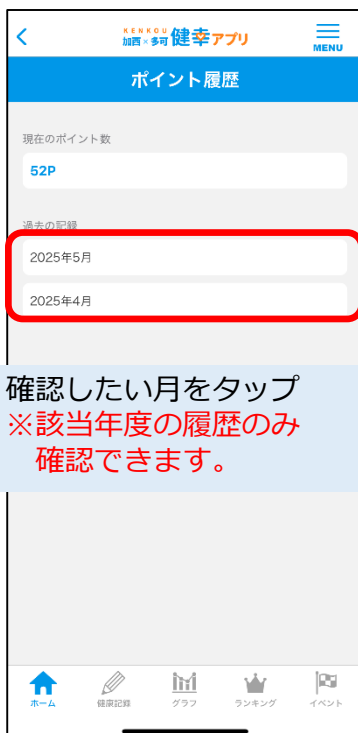
1



2



3



4



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
英数字6～16文字

② 署名用電子証明書パスワード
英数字6～16文字

③ 署名用電子証明書パスワード
英数字6～16文字

④ 署名用電子証明書パスワード
英数字6～16文字

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
はじめてですか？

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

マイナンバーカードの基本4情報が反映

アカウント登録が完了しました。引き続きプロフィール情報を登録すると、加西市公式LINE連携サービスの利用時に、情報の入力を省略できます。
※あとから登録することもできます

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

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

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。

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

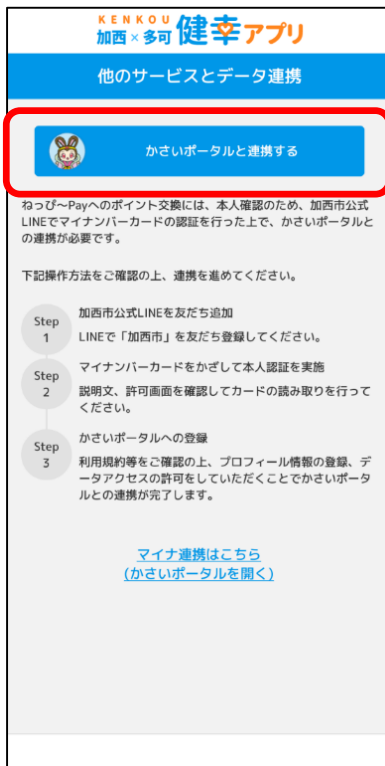
1 2



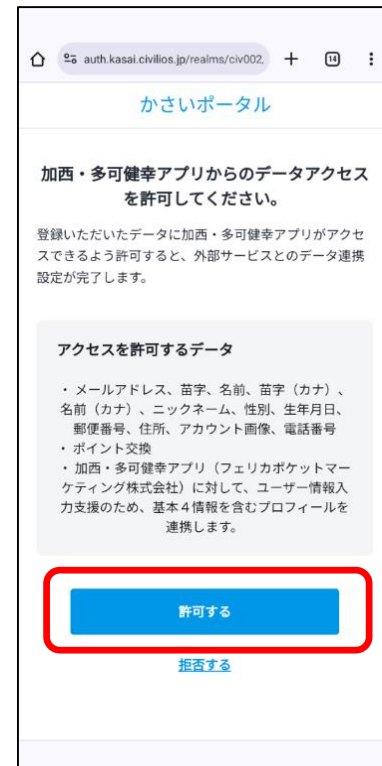
1 3



1 4



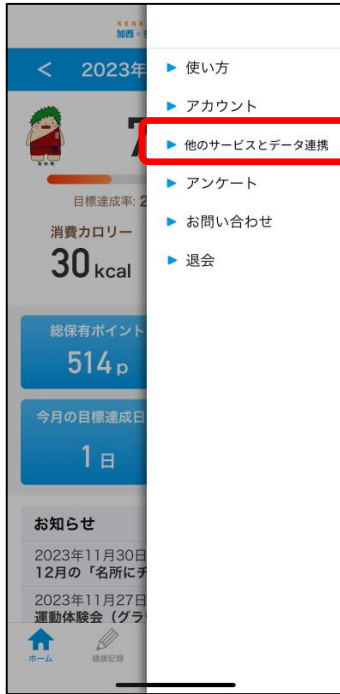
1 5



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

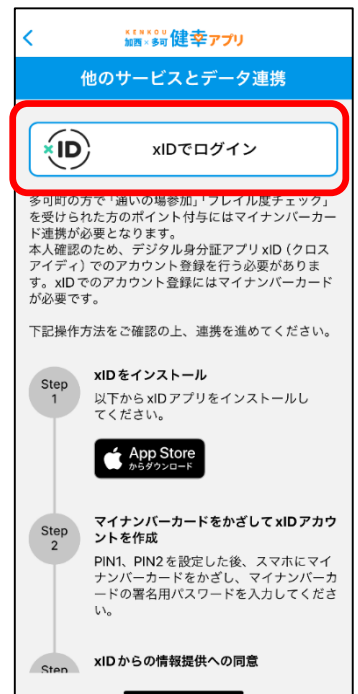
1



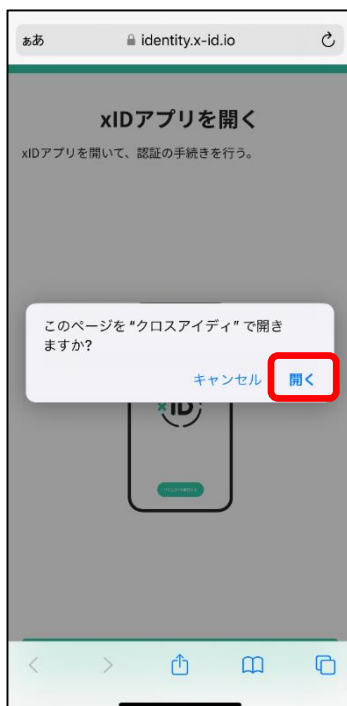
2



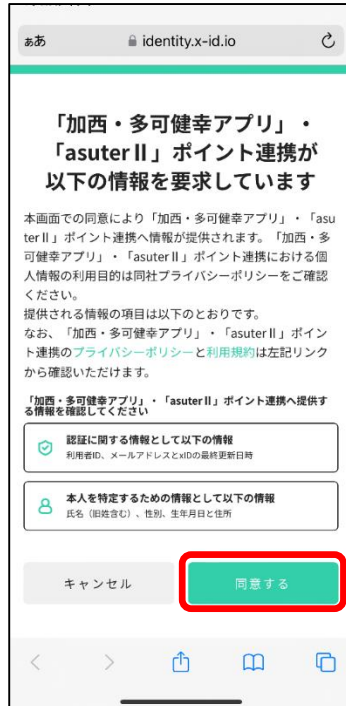
3



4



5



6



XIDアプリ上でのマイナンバー認証手順

[illegible]

20:58

4G

87%

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

87%

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。

20:59 4G 87%

4 - IDの有効化

PIN1の入力

IDを有効化するために、PIN1を入力してください。

20:59 4G 87%

4 - IDの有効化

PIN2の入力

IDを有効化するために、PIN2を入力してください。

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、mD(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。もし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して送信されます。

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）

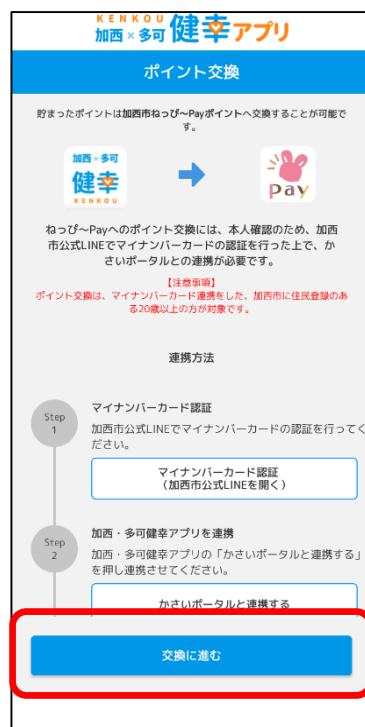
1



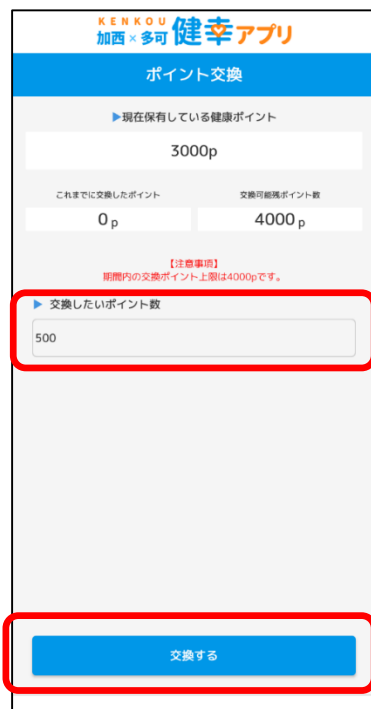
2



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

KENKOU 加西・多可 健幸アプリ

2025年5月30日（金）

2,420 歩

目標達成率: 81% (目標歩数3,000歩)

消費カロリー 0 kcal 距離 1.52 km

総保有ポイント 530 P

現在の総距離(今月) 102.97 km

今月の目標達成日数 25 日

現在のランキング (今月・全体) 6412 位

お知らせ

現在、お知らせはありません。

ホーム 健康記録 グラフ ランキング イベント

2

KENKOU 加西・多可 健幸アプリ

ポイント

ポイント履歴

ポイント交換(加西市民に限る)

ポイント交換(多可町民に限る)

ホーム 健康記録 グラフ ランキング イベント

3

KENKOU 加西・多可 健幸アプリ

ポイント交換

■注意事項

交換商品はえらべるPayまたは紙商品券のどちらか一方のみ申込が可能です。両方申込された場合は、先に申し込まれた商品を優先させていただきます。

■ポイント交換について

加西多可健幸アプリでポイント付与期間内（令和6年6月1日から令和7年2月28日まで）に500ポイント以上貯められた方は、貯めたポイントをえらべるPay・多可町共通商品券のどちらかと交換できます。なお、ポイントの交換は500ポイント単位とし、残った端数ポイントは切り捨てとします。

■応募条件

- ・満18歳以上の方
- ・多可町に在住の方

■申込期限

令和7年3月8日～令和7年3月17日まで

■えらべるPay付与時期

令和7年4月下旬頃

同意して登録へ進む

令和7年4月頃

4

KENKOU 加西・多可 健幸アプリ

利用前登録

お名前

ニックネーム

郵便番号

677 - 0101

都道府県

兵庫県

市区町村

多可郡多可町

市区町村以降の住所

000-0

居住地

多可町

kid

登録した情報は、商品券送付として利用するため、正しくご記入ください。

登録して申込に進む

5

KENKOU 加西・多可 健幸アプリ

ポイント交換

申込可能ポイント 52P

※ホームからのポイント反映が遅れることがあります。
「多可町共通商品券」・「えらべるPay」どちらかのみ選択することができます。

えらべるPay

多可町共通商品券

6

KENKOU 加西・多可 健幸アプリ

ポイント交換

えらべるPay

えらべるPay

いるんるPayにえらべる

※注意事項

交換商品はえらべるPayまたは紙商品券のどちらか一方のみ申込が可能です。両方申込された場合は、先に申し込まれた商品を優先させていただきます。

交換できるポイントは500P単位です。端数のポイントは利用できません。

※PayPayポイントは出金、譲渡不可です。
PayPay/PayPayカード公式ストアでも利用可能です。
※「WAON（ワオン）」は、イオン株式会社の登録商標です。
詳細はこちら

対象年齢：18歳～

申込可能回数：11

申込する

送付先情報を入力し「登録して申込に進む」をタップ

商品を選び「申込する」をタップ
※申込したものはキャンセルできませんので、申込前によくご確認ください。

15, アカウント設定

1



2



3



4

アカウント設定

▶ kid (変更不可)

▶ お名前

▶ 郵便番号

▶ ご住所

▶ 市区町村

▶ 市区町村名以降の住所

▶ ニックネーム (必須)
※ランキングで公開されます。

▶ 生年月日

▶ 性別 (必須)
公開されません。

女性 男性 選択なし

▶ 居住地域 (必須)
公開されません。

加西市・多可町以外 ▼

▶ 目標歩数 (必須)
公開されません。

▶ 身長 (必須)
公開されません。

▶ バージョン

登録

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



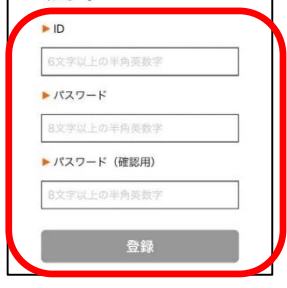
3



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。



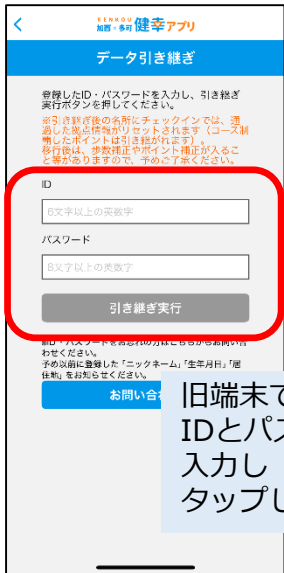
データ引き継ぎ（ログイン）

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。

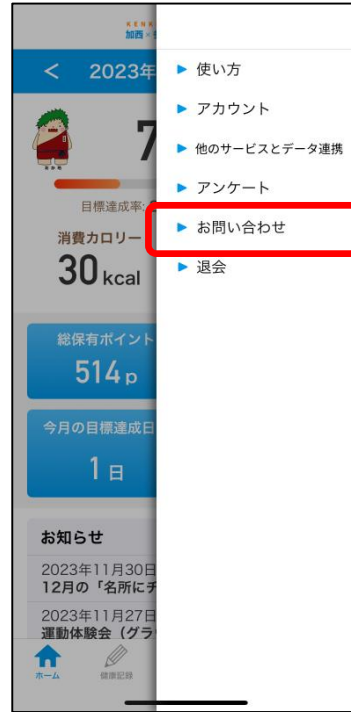
17,お問い合わせ

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。

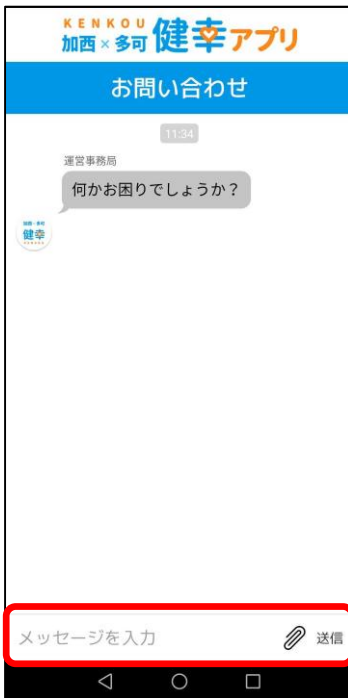
1



2



3



お問い合わせ内容を入力し送信をタップ

18, 退会

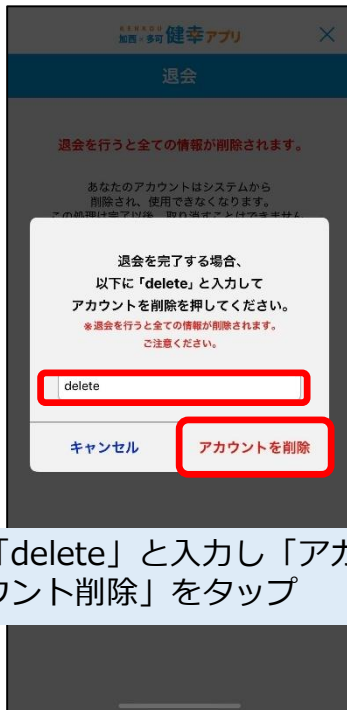
1



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。