

新潟県

にいがたヘルス & スポーツマイレージ

アプリ操作マニュアル



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. 〔新潟県〕の登録方法	11p
5. ポイントの貯め方	12～20p
6. ポイント交換方法	21p

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

〔新潟県〕の追加

STEP
03

毎日アプリの中でポイントを貯める

STEP
04

ポイントを交換し特典を受ける

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

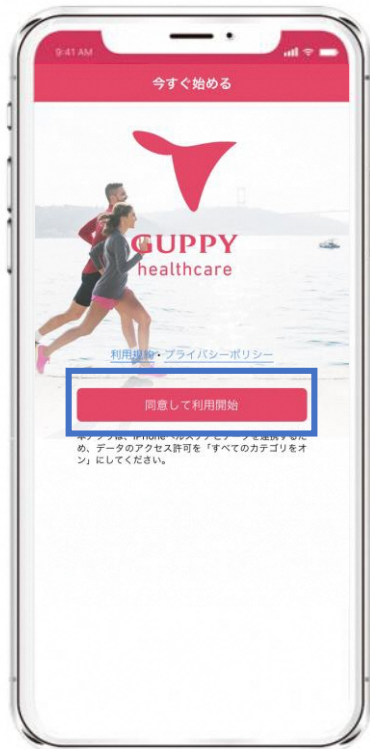


「入手」をタップして
グッピーヘルスケアをインストール

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

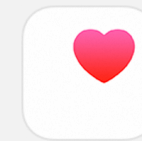


利用規約・プライバシーポリシーを確認し、[同意して利用開始] をタップ

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



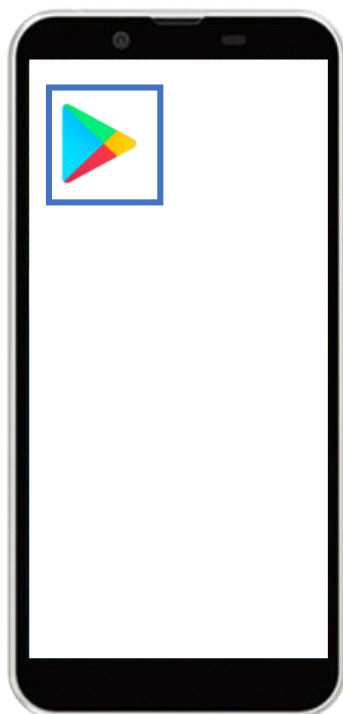
アプリの データ連携

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。

Google Fitのインストール

① Google 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

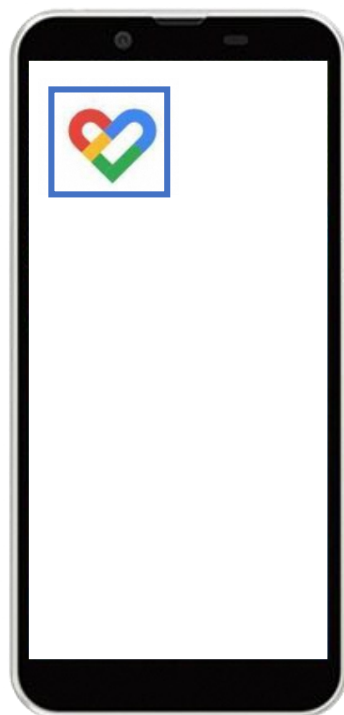
③ インストール



「インストール」をタップ

Google Fitの設定

④Google 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

⑤Google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

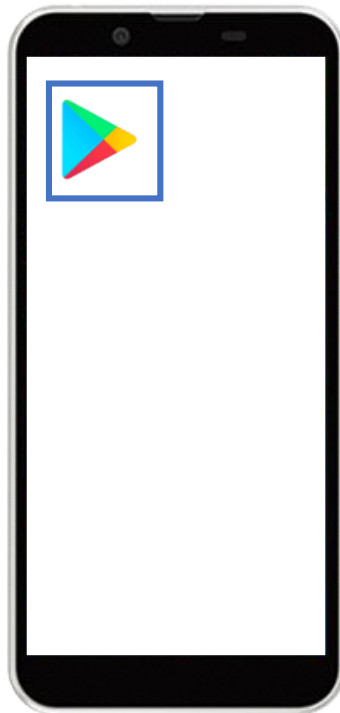
⑦設定完了



この画面まで移ると
初期設定が完了です

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

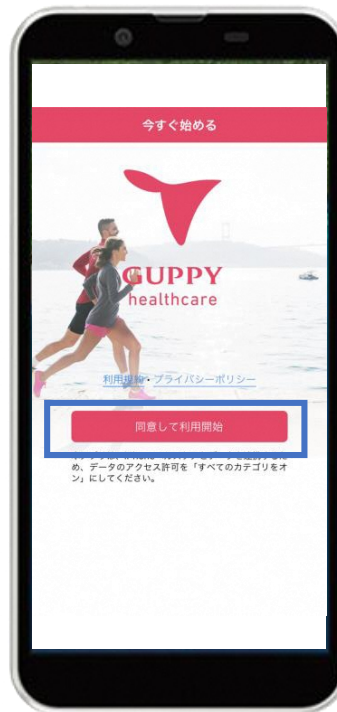
Android

④グッピーヘルスケアを起動



利用するGoogleアカウントの選択

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

⑤GoogleFit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、
「更新」をタップ

③トップ画面



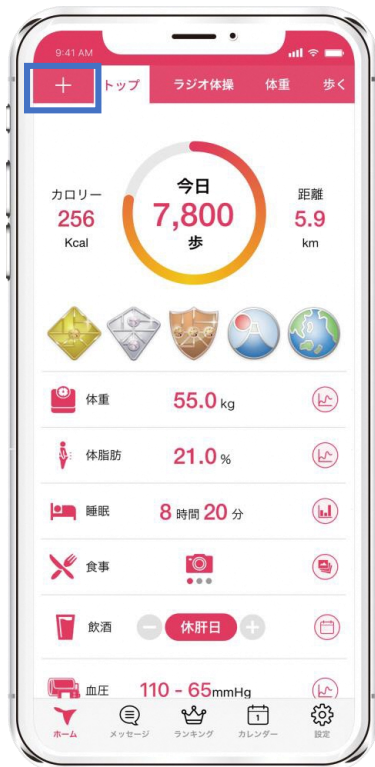
トップ画面に移ります

STEP2. [新潟県] の追加

iOS

Android

① [+] ボタン



アプリ左上の
[+] ボタンをタップ

② [新潟県] 選択



[新潟県] をタップ

③登録画面



お住まいの地域（市町村）を選択し、
在勤状況を入力した後、
[追加する] をタップ

④新潟県ページ



画面上部の [新潟県] が追加。
[新潟県] ページに移ります。

STEP3. ポイントを貯める

iOS

Android

行動と獲得ポイント

行動と獲得ポイント

アプリを起動/日	2pt
体重記録/日	2pt
3,000歩達成/日	4pt
4,000歩達成/日	2pt
～9,000歩達成/日	
10,000歩達成/日	4pt
エクササイズ動画視聴/日	2pt
血圧測定/日	2pt
ワークアウト (ランニング、ウォーキング、サイクリング)	各4pt
ラジオ体操動画視聴/日	4pt
イベントに参加/回	100pt
健康診断・人間ドック受診/月	100pt

▼ ポイント確認方法



※日ごとの獲得ポイントは、
ここから全て確認できます。



※当日の記録のみポイント反映されます

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

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

エクササイズ動画再生方法

動画が見終わりましたら、自動でポイントが追加されます。

「エクササイズ」のタブをタップすると900本以上の動画が無料で見られます。カテゴリ別に分かれているため、好きな動画を選んで見ることができます。

エクササイズカテゴリ

- ・ストレッチ
- ・ヨガ
- ・ピラティス
- ・筋トレ
- ・ラン・ウォーク
- ・格闘技系
- ・ダンス
- ・体操・ご当地体操



STEP3. ポイントを貯める

iOS

Android

血圧記録の方法

① [健診] タブからの記録



血圧・日付のタップで編集できます。

② [トップ] からの記録



血圧のタップで編集できます。

《注意点》

過去の血圧を記録・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

ワークアウト記録の方法

※ウォーキング、ランニング、サイクリング同様



[する] タップ後、記録されます 記録をするとポイント付与されます



[リスタート] されます



[一時停止] 後、
[リスタート] より再開できます。



《注意点》

基準：10分以上または2km以上、かつ速さ1kmあたり15分以上（時速4km）

上記の基準を満たしていないと、ポイント付与はされません。

STEP3. ポイントを貯める

iOS

Android

ラジオ体操再生方法

動画が見終わりましたら、自動でポイントが追加されます。

「ラジオ体操」のタブをタップし、「他の動画に変更」から、他動画も選ぶことができます。

カテゴリ

- ・グッピー
- ・自治体
- ・企業
- ・アスリート
- ・個人・家族・グループ



STEP3. ポイントを貯める

iOS

Android

イベント参加後のコード入力

入力するイベントコードはイベント毎に異なります。
イベント参加時にイベント主催者がパスコードをお知らせします。



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

健康診断の日付と病院名を選択し保存すると、自動的にポイントが付与されます。（月1回）



※「健診」タブが表示されていない場合には、表示するかどうか確認画面が表示されます

STEP4. ポイント交換

iOS

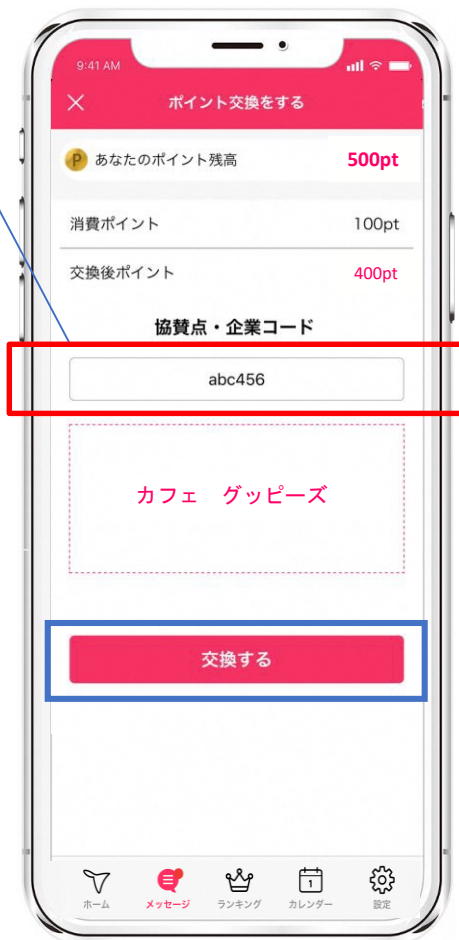
Android

獲得したポイントは、100ptごとに利用できます。
地域協力店に提示することで特典を受けることができます。
地域協力店によって、受けられる特典の内容は異なります。

地域協力店のコードは、各協力店の店舗内に
掲示等されているステッカーで確認ください。



ポイントを交換したら、
ポイントが引かれます



地域協力店ごとに違うコードを入力し、
ポイントを交換する