

けんぽれんあいち  
健康ウォーク WALK  
けんこう

Web版のご案内

W a l k I n g c a m p a I g n



健康保険組合連合会愛知連合会  
けんぽれんあいち



# 健康ウォークWeb版とは… [改善内容]

## 従来の健康ウォーク



- 1万人規模の参加者が市街地を歩く
- コロナの感染拡大により開催中止
- 監事様からの改善要望
  - ① 安全性に対するリスクが大きい
  - ② 愛知県以外の事業所に参加機会がない

## Web版



- 参加者の好きな場所・好きな時間に歩く
- 密閉・密集・密接を避け、無理のない健康・安全第一
- 日本全国どこからでも参加





# 健康ウォークWeb版では… [事業目的]

## 健康ウォークの目的

## Web版の対応する機能

**[1]** ウォーキングによる  
健康づくりの啓発及び機会の提供

- ウォーキングマップ … [コンテンツ①]
- ランキング … [コンテンツ④]
- 健康コラム … [コンテンツ⑤]

**[2]** 参加者と健保職員との交流の場

- ①参加者 ↔ 参加者  
(家族・友人との参加)
- ②参加者 ↔ 健保職員  
(ブースの設置)

- 日記・投稿写真公開 … [コンテンツ②]
- チーム/チーム内チャット … [コンテンツ③]

Web版は、従来以上に目的要件を満たすと考えます



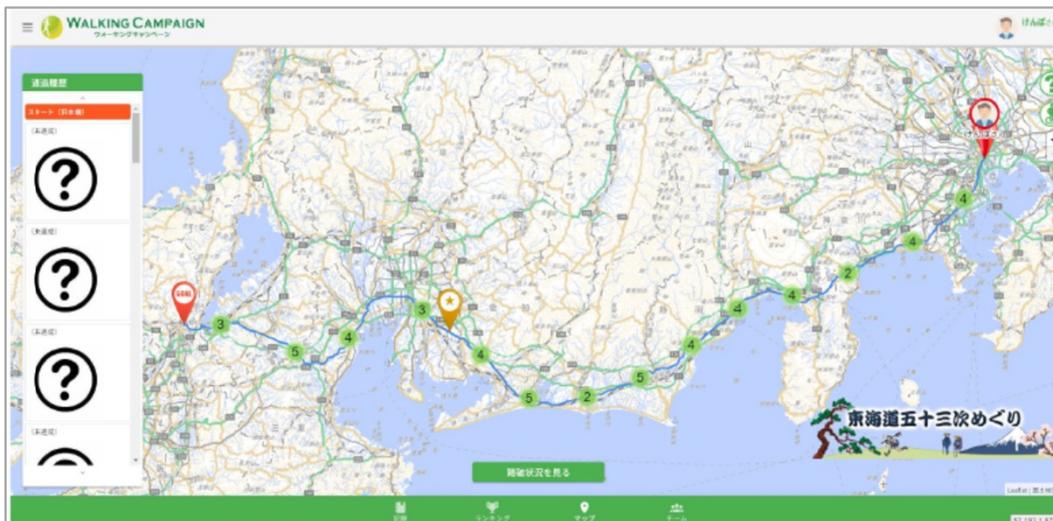


# 【コンテンツ①】 歩いた成果を“見える化”

## 1 ウォーキングマップ

- 歩数に応じてマップの現在位置が変わる  
興味喚起機能を備えています。
- チェックポイントが存在し、  
到達すると画像や説明文が表示されます。

▼2023年度採用  
東海道五十三次めぐり（日本橋～三条大橋）  
約72万歩



2024年度は、さらに  
1日あたり5千歩・8千歩・1万歩を踏破した場合、  
「目標達成（到達）」が表示されます。



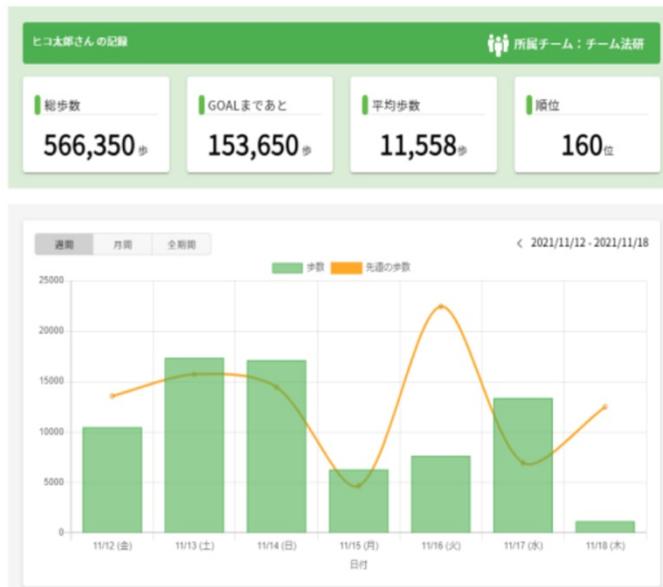


# 【コンテンツ②】 グッドボタンでモチベーション向上

## 2 記録（閲覧）

- 歩数はマイページにて棒グラフ・折れ線グラフで確認できます。
- 歩数・体重にあわせ、日記の入力・写真の投稿をすることもできます。
- 日記と投稿した写真は「公開」にチェックを入れると、他参加者に公開され、グッドボタンをもらうことができます。

### グラフ表示イメージ



### 日記公開イメージ

トップ / 日記一覧

日記一覧

参加者の皆さんが公開設定で登録した日記や写真です。いい投稿がありましたらグッドボタンを押してみましょう。  
※グッドボタンを押しても相手に通知がいくことはありません。

11 - 20件 / 全57件

2020/09/27 竹寺

2020/09/27 本日休業

2020/09/13 蜘蛛の巣





## 【コンテンツ③】 仲間と一緒に続けられる

### ③ チーム

- 参加者同士でチームを結成し、チーム対抗（平均歩数）で競っていただく機能です。
- メンバー同士はお互いのマップ上の現在位置を確認することができます。
- メンバー内でチャットすることができますので、ウォーキング習慣の継続化、定着化を目指すことができます。



2023年度の結果では、  
チームで参加された方が、  
おひとりで参加された方よりも  
歩数登録率が高くなっていました。

“交流の場”として  
ご活用いただけます





# 【コンテンツ④】上を目指すことが継続の力に

## ④ ランキング

- 選択した期間・年代別で、**個人の総歩数ランキング**が確認できます。
- 選択した期間で、**チームの平均歩数ランキング**も確認できます。

### 総歩数ランキング (個人)

過去7日 過去30日 全期間 年代別

集計範囲:01/04~01/11

| 順位 | ニックネーム   | 総歩数      | 平均歩数    |
|----|----------|----------|---------|
| 1位 | てすと太郎さん  | 699,993歩 | 99,999歩 |
| 2位 | ほうけんさん   | 23,617歩  | 5,904歩  |
| 3位 | つのつのさん   | 10,345歩  | 10,345歩 |
| 4位 | テストタロウさん | 200歩     | 200歩    |

< 1 >

### 平均歩数ランキング (チーム)

過去7日 過去30日 全期間

集計範囲:10/01~01/31

| 順位 | チーム名                | 平均歩数    | メンバー数 |
|----|---------------------|---------|-------|
| 1位 | いっぱいあるき隊            | 35,243歩 | 8人    |
| 2位 | QQQ                 | 10,317歩 | 2人    |
| 3位 | 鬼殺隊                 | 9,959歩  | 5人    |
| 4位 | No walking, no life | 555歩    | 3人    |

< 1 >

連合会様（参加組合全体）と所属健保組合様ごとのランキングを表示





# 【コンテンツ⑤】健康教育・啓発にもしっかりと対応

## 5 健康コラム

- ウォーキングに関連した**健康記事**や**動画**を表示します。
- 単なる記録サイトではなく、**正しい知識も身に着ける**ことができます。

ウォーキングのペースを知ろう

『効果的なウォーキング』動画

Health & Beauty  
健康コラム

ウォーキングで健康寿命を延ばそう

今の歩数では足りない! もっと歩こう

安全&効果的にウォーキングを行うコツ

歩数が増えない、続かない…そんなときは

効果的なウォーキング動画をチェック >

監修: 青山 剛

あおやまたけし: パーソナルコーチングシステム・TeamAOYAMA代表、トレーニングコーチ、元トヨタアスロン日本代表。コーチに転身後、五輪代表選手を輩出。現在はプロコーチとしてさまざまな分野でトレーニング指導を行っている。『体幹美筋トレ』(大塚図書)ほか著書多数。  
<https://www.coach-aoyama.com/>

COPYRIGHT © ウォーキングキャンペーン ALL RIGHTS RESERVED.





# 【コンテンツ⑥】とっても簡単なユーザー登録

## 6 ユーザー登録

2023年度に参加された方も、  
2024年度に参加される場合には  
改めてユーザー登録が必要

- メールアドレスを必須（ログインIDとして使用）としており、有効なメールアドレスをご登録いただいた方のみ参加が可能となります。





# 【コンテンツ⑦】 自動と手入力の2通りで記録

## 7 記録

● 歩数・体重は、自動記録と手入力による記録が可能です。

### 自動記録

「RenoBody」とアカウント連携し、  
「RenoBody」で計測された歩数を自動アップロード



### 手入力

サイトのマイページにアクセスし、  
記録入力画面で直接入力



PC



スマートフォン

さまざまな利用環境に対応し、誰でも参加可能





# 【コンテンツ⑦】 自動記録：アプリ連携方法 1

**1** アプリ「RenoBody」を  
インストール・ユーザー登録



**2** サイトのマイページにアクセスし、  
連携ボタンを選択



※RenoBodyに登録することで、  
RenoBodyから案内やお知らせが配信されることがあります。

※ログイン後の  
画面の連携ボタンを押下





# 【コンテンツ⑦】 自動記録：アプリ連携方法 2

**3** 「RenoBody」にログインし、  
「データ連携を許可」ボタンを選択

**4** 健康ウォークTOP画面に戻り、  
連携完了

## RenoBody Webサイト

## 健康ウォークWeb版サイト





## 【コンテンツ⑧】 機器を問わずご利用可能

### 8 選ばない入力端末

- 画面サイズに応じて自動調節しますので、パソコンはもちろん、スマートフォンやタブレットからも最適化した画面でお使いいただけます。



#### 【推奨利用環境】

パソコン : InternetExplorer 11以上 / Edge ・ FireFox ・ chrome 最新バージョン /  
スマートフォン : iPhone、iPad、iPod touch端末 iOS 11以上 Android端末 Android 7.0以上





# けんぽれんあいち健康ウォークWEB版

WALKING CAMPAIGN  
ウォーキングキャンペーン

ウォーキングで  
楽しみながら健康づくり

ログイン  
メールアドレス  
メールアドレス  
パスワード  
パスワード  
パスワードを忘れた方はこちら

ウォーキングキャンペーンとは?  
今すぐ参加登録!

参加登録の流れ

Step1 団体コード  
団体コードを入力してください。

Step2 参加登録  
メールアドレスを登録し、参加登録をしてください。

Step3 さあ始めよう!  
日々の記録を入力してください。

今すぐ始めよう! >> 登録はこちら! <<

楽しくウォーキングをするために

記録情報の管理  
日々の歩数や体重、日記を記録!記録した歩数はグラフで確認できます。

ランキング  
ライバルに負けるな!負けないながら上位を目指して健康になる!

ウォーキングマップ  
憧れのスポットをバーチャルMAPで見る!ゴールを目指して頑張ろう!

チーム機能  
チームメンバーとチャット機能でコミュニケーション!一人じゃないから頑張れます。

健康管理  
健康コラムやウォーキングのHOW TO動画も!ヘルスリテラシー向上を目指そう!

写真投稿  
素敵な写真を投稿しよう!仲間から「イイね!」がもらえるかも!

アプリを使って歩数を登録  
ネオス株式会社提供のアプリ「RenoBody」のアカウントと連携することで、アプリで記録された歩数をキャンペーンサイトに自動で更新することができます。

RenoBody

App Store からダウンロード  
Google Play で手に入れる

ホーム よくあるご質問 お問い合わせ 利用規約 プライバシーポリシー  
COPYRIGHT 2018 ALL RIGHTS RESERVED.

加入する健康保険組合により、  
4月実施と5月実施に分かれます。

「参加組合一覧」またはご加入健康保険組合に  
ご確認ください。

お問い合わせは…

株式会社法研中部 TEL052-962-5822

