

# ウォーキングラリーのご案内 (個人・チーム戦)



# ウォーキングラリー

2022年11月11日から、PepUp 上でウォーキングラリーが開催されます。  
このウォーキングラリーでは個人やチームで参加し設定した目標を達成すると、PepUp 内で商品と交換できるPepポイントがもらえますので、是非奮ってご参加ください！

個人目標

チーム目標

# みんなで歩こう！「チームでチャレンジ！」

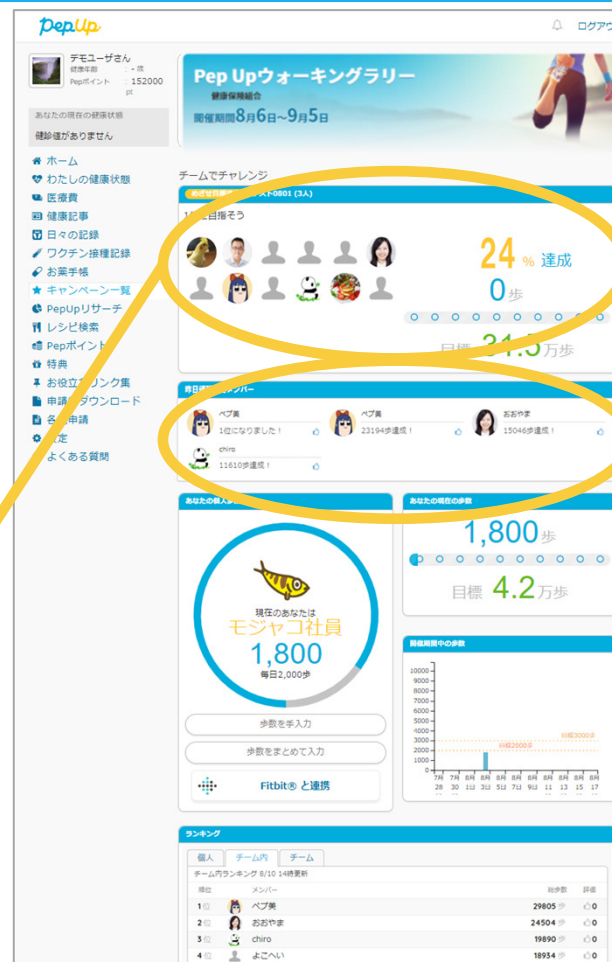
## チームをつくってみんなで歩こう

チームで目標を達成するとポイントが貰える「チームでチャレンジ」に仲間を集めてみんなで参加しましょう！



### チームの目標

みんなでチャレンジするほど  
達成しやすい  
「チームでチャレンジ」



いいね!



チームのために  
頑張った人に  
いいね！しましょう

# ウォーキングラリーの目標と達成賞

## 個人賞

- ・ 個人目標 1日平均8,000歩以上
- ・ 1,000ポイント

## チーム賞

- ・ チーム目標 一人あたり 1日平均 8,000歩以上
- ・ チームメンバー全員に1,000ポイント
- ・ 1位のチームには、チームメンバー全員に 更に1,000ポイント

## Wチャンス!!

- ・ エントリーした人の中から抽選で 50名に「Fitbit」をプレゼント

※ポイント付与時に健康保険組合の資格を喪失している場合、  
目標を達成していてもポイント付与されないことがございます



# ウォーキングラリー詳細

## ◆ エントリー期間

10月3日(月)～11月10日(木)

## ◆ 開催期間

・ 11月11日(金)～12月10日(土)

## ◆ 制限事項

- ・ チーム人数：3人～50人
- ・ 1日の有効歩数上限：30,000歩 ※上限を超えた歩数は反映できません

## ◆ 遡って入力できる期間

- ・ 1日間  
(毎日の歩数入力は、翌日23：59時までをお願いします)

## ◆ Pep Up上での歩数集計方法

- ・ 手入力
- ・ Fitbit連携
- ・ Garmin連携
- ・ スマホアプリ連携

### **[ご注意]**

ウォーキングラリーへのエントリーおよび、チーム参加（任意）が完了しているかはエントリー期間中に画面から各自でご確認ください。  
エントリー期間を過ぎるといずれも参加・脱退はできません。

※ウォーキングラリーのランキングについて  
11時頃までに入力された前日分までの有効歩数が集計され、  
14時前後にランキングページが更新されます。  
なお、集計・更新の時間は状況に応じて前後することがございます。

# ウォーキングラリー参加手順

個人参加、チーム参加、いずれもエントリー期間中に  
ウォーキングラリー画面から参加ボタンを押してエントリーが必要です

# ウォーキングラリー参加手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

**手順1:**  
Pep Upにログインします。

## ログイン画面

※本画面はイメージ図です。



The image shows a login screen for 'Pep Up'. At the top is the 'Pep Up.' logo in blue and yellow. Below it are two input fields: 'Eメールアドレス:' (Email address) and 'パスワード:' (Password). The password field has a small eye icon to toggle visibility. Below the password field is a link that says 'パスワードをお忘れの場合' (If you forgot your password). Underneath is a reCAPTCHA section with a checkbox labeled '私はロボットではありません' (I am not a robot) and the reCAPTCHA logo. At the bottom is a blue 'ログイン' (Login) button. Below the button is a checkbox for 'ログイン状態を保持する' (Keep me logged in) with a note: '※端末を複数人で共有してお使いの場合はチェックを外し、終了時に必ずログアウトしてください' (If you share the device with multiple people, please uncheck this and log out when you are done). At the very bottom is a link: 'ログインできない場合 (FAQ)' (If you cannot log in (FAQ)).

# ウォーキングラリー参加手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順2:

「HOME」メニューの「健保からののお知らせ」、またはページ下部のバナーからウォーキングラリーの参加ページへアクセスします。

## HOME画面

※本画面はイメージ図です。



# ウォーキングラリー参加手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順3:

参加ページにあるキャンペーン詳細を読み[参加する]ボタンをクリックしてください。個人で参加する人はこれで申込完了です

## ウォーキングラリー参加画面

※本画面はイメージ図です。

The screenshot displays the 'Pep Up Walking Rally' participation page. On the left is a sidebar with navigation links: ホーム, わたしの健康状態, 医療費, 健康記事, 日々の記録, ワクチン接種記録, お薬手帳, キャンペーン一覧, PepUpリサーチ, レシピ検索, Pepポイント, 特典, お役立ちリンク集, 申請書ダウンロード, 各種申請, 設定, よくある質問. The main content area has a header with the user's name and 'Pepポイント 0 pt'. Below this, it says 'あなたの現在の健康状態 健診値がありません'. The rally details section includes: 'Pep Upウォーキングラリー 健康保険組合 開催期間8月6日~9月5日'. A table lists the rally details: 'エントリー期間 2022/08/05 00:00 ~ 2022/08/12 23:59', '開催期間 2022/08/05 ~ 2022/09/05', '歩数入力締切 2022/09/12 23:59', '個人目標 13000歩以上歩きます', 'チーム目標 10000歩以上歩きます', 'カウントされる歩数', '歩数入力', and '通って入力できる期間 7日間'. At the bottom right, a blue button with a checkmark and the text '参加する' is highlighted with a red box.

# ウォーキングラリー参加手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

『参加いただきありがとうございます。』の画面が出ていることを確認してください。

※表示がない場合エントリーできていません。  
手順2から確認し、再度[参加する]ボタンを押してください。

## ウォーキングラリー参加画面

※本画面はイメージ図です。



Pep Upウォーキングラリー

健康保険組合

開催期間 8月6日~9月5日

参加いただきありがとうございます。  
8月6日の開始までお待ちください。

既存のチームに参加

チームを選択

+ 確認する

新規チームを作成

新規作成

# チームへの参加 ＜新規でチームを作る場合＞

誰でも参加できる「公開」チーム、もしくは  
招待した人しか参加できない「非公開」チームが作れます

# 新規でチームを作る場合

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順1:

ウォーキングラリーページの「チームでチャレンジ」の「新規作成」をクリックします

## ウォーキングラリー参加画面

※本画面はイメージ図です。



**Pep Upウォーキングラリー**  
健康保険組合  
開催期間8月6日~9月5日

参加いただきありがとうございます。  
8月6日の開始までお待ちください。

既存のチームに参加  
チームを選択  
+ 確認する

新規チームを作成  
新規作成



# 新規でチームを作る場合

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順2:

「チーム名」「チームの本気度」「チームの説明」を記入して、  
「チームの公開設定」（公開/非公開）を選び、[新規作成]をクリックします。

※本画面はイメージ図です。

- ※「非公開」にすると招待リンクからのみ参加できるチームになります
- ※知人だけでチームを作りたい場合は「非公開」チームで作成してください
- ※「非公開」にしてもチームランキングに表示されます

チームの新規作成

▲ チームを作成すると、あなたはこのチームのメンバーとなります  
▲ 開催期間中はチームを移動することができません。  
▲ 5人以上メンバーを集めないと「チームでチャレンジ」に参加できません。

チーム名

チーム名を記入

本気度

-- 本気度を選択してください --

説明

例) このチームは誰でも参加できる、みんなでまったりウォーキングを楽しむチームです。部署や年代を超えてはげまし合いながら、ウォーキングを楽しみましょう！

チームの公開設定 公開 ▼

\* 非公開にすると招待URLからのみ参加できるチームになります。  
\* 非公開にしてもチームランキングに表示されます。

✓ 新規作成

# 新規でチームを作る場合

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 他の参加者を自分のチームに招待したい場合:

招待URLが表示されるので、他の参加者を自分のチームに招待したい場合、リンクをコピーして共有してください

※非公開チームの場合は、招待リンクからのみチームに参加できます

※公開チームの場合は「既存のチームに参加」プルダウンメニューに表示されるので、チーム名を伝え、他の参加者自身が選択し参加することも可能です



この欄に招待リンクが表示されます

※本画面はイメージ図です。

# チームへの参加

## <既存の公開チームから選択する場合>

# 既存の公開チームから選択する場合

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順1:

「チームでチャレンジ」の「チームを選択」をクリックします

※本画面はイメージ図です。

# 既存の公開チームから選択する場合

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順2:

チーム一覧からチームを選択し、[確認する]をクリックします

※本画面はイメージ図です。

The image shows two sequential screenshots of a web application interface for joining a team challenge. The interface is titled 'チームでチャレンジ' (Challenge with Team) and features a logo with silhouettes of people.

**Top Screenshot:** The '既存のチームに参加' (Join existing team) section has a dropdown menu labeled 'チームを選択' (Select team). The dropdown is open, showing three options: '【誰でも参加OK】 今日も明日もガンバる！' (Whoever can participate OK! Let's go today and tomorrow!), '【誰でも参加OK】 管理部チーム' (Whoever can participate OK! Management Department Team), and '【誰でも参加OK】 開発本部チーム' (Whoever can participate OK! Development Department Team). The '新規チームを作成' (Create new team) section has a button labeled '新規作成' (Create new).

**Bottom Screenshot:** The '既存のチームに参加' section now shows the '【誰でも参加OK】 管理部チーム' (Whoever can participate OK! Management Department Team) selected in the dropdown. A blue button labeled '+ 確認する' (Confirm) has appeared below the dropdown. The '新規チームを作成' section remains the same with the '新規作成' button.

# 既存の公開チームから選択する場合

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順3:

参加しようとしている「チーム名」「チームの本気度」「チームの説明」「メンバー」を確認し、[このチームに参加する]をクリックします

The screenshot shows a 'チームに参加' (Join Team) interface. At the top, it says 'めざせ目標達成 チームA'. Below this, it states '現在 4 人 参加中' (Currently 4 people participating). A callout box points to the team description: '営業部第一部のメンバーのみんなが集まるチームです。みんなでまったりあるきましょう〜' (This is a team where all members of the Sales Department, First Section gather. Let's hang out together!). Another callout points to the 'このチームに参加する' (Join this team) button. A third callout points to the team's '本気度' (Seriousness), which is 3 levels, and lists the benefits: '誰でも参加OK' (Anyone can join OK), 'めざせ目標達成' (Let's aim for goal achievement), and 'めざせ上位ランキング' (Let's aim for top ranking). A final callout points to the team's explanation, advising to confirm it before joining. At the bottom, there are four icons representing team members. A red-bordered box at the bottom contains three warning messages: '⚠ チームの「本気度」や「チームの説明」を読んで適切なチームにご参加ください。' (Please read the team's 'seriousness' or 'team explanation' and join an appropriate team.), '⚠ チームに参加すると実施期間中はチームを移動することができません。' (Once you join a team, you cannot move teams during the implementation period.), and '⚠ チームメンバーが5人以上いないと「チームでチャレンジ」に参加できません。' (If there are fewer than 5 team members, you cannot participate in 'Challenge with Team').

チームの本気度は3段階あります。ご自分に合うチームを選びましょう。

チームの本気度

- 誰でも参加OK
- めざせ目標達成
- めざせ上位ランキング

参加前にチームの説明を確認しましょう。

⚠ チームの「本気度」や「チームの説明」を読んで適切なチームにご参加ください。

⚠ チームに参加すると実施期間中はチームを移動することができません。

⚠ チームメンバーが5人以上いないと「チームでチャレンジ」に参加できません。

※本画面はイメージ図です。

# 既存の公開チームから選択する場合

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

チームに参加しました。ウォーキングラリー開始までお待ちください。  
間違ってチームに入った場合はエントリー期間中であれば「チームから抜ける」リンクをクリックして抜けることができます。

**※ウォーキングラリー開始後は、チーム変更・脱退することはできません。**

※本画面はイメージ図です。



# チームへの参加 ＜既存のチームから招待された場合＞

※非公開チームへの参加は招待のみとなります



# 既存のチームから招待された場合

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順1：

既にチームのメンバーになっている人から招待URLを教えてください。  
※公開チーム・非公開チームいずれも招待URLがあります

## 手順2：

ウォーキングラリーエントリー後、招待URLにアクセスし。チーム参加画面にある[このチームに参加する]ボタンをクリックしてチームに参加します。



※非公開にしてもチームランキングに表示されます

※本画面はイメージ図です。

このチームに入ってね！

[https://pepup.life/campaign/xx201710/team\\_join\\_confirm/T-\\*\\*\\*\\*](https://pepup.life/campaign/xx201710/team_join_confirm/T-****)

※ウォーキングラリーに参加する前に招待リンクをクリックした場合、チームのページが表示される前にウォーキングラリーの詳細が表示されます。[参加する]をクリックするとチームのページが表示されます。

## チームに参加

めざせ目標達成 チーム犬塚

現在 **1** 人 参加中 健保基金で楽しくシビアに歩きます！

このチームに参加する



- ⚠ チームの「本気度」や「チームの説明」を読んで適切なチームにご参加ください。
- ⚠ チームに参加するとウォーキングラリーの期間に変更することはできません。
- ⚠ チームメンバーが3人以上いないと「チームにチャレンジ」に参加できません。

# 歩数の入力

## <Fitbitで自動取得する場合>

FitbitとPep Upを連携させると、歩数を手入力しなくてもアプリを起動することでFitbitで集計された歩数を取得することができます

# Fitbitによる歩数入力

対象者: Fitbitで歩数・睡眠時間・心拍数（安静時平均）・体重を連携する方

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順1:

FitbitのアプリをインストールしてFitbitのアカウントを作成します。  
※Pep Upと同じメールアドレスとパスワードでなくてもかまいません。



1.それぞれのスマートフォン  
のストアより、  
Fitbitアプリをインス  
トールします

2.アプリがインストール  
されたら、アプリを開  
いて Join Fitbit ボタ  
ンをタップします

3.ここで Fitbit アカ  
ウントを作成し、デバ  
イスを携帯端末に接  
続（ペアリング）し  
ます

4.ペアリングすること  
により、デバイスと携  
帯端末が互いに通信  
（データの同期）で  
きるようになります。

※Fitbit アプリとFitbitの連携に関するお問い合わせはFitbitサポートにお問い合わせください。

# Fitbitによる歩数入力

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

Pep Upにログイン後、A.ウォーキングラリー画面またはB.「日々の記録」画面から Fitbit連携を行います ※PepUpアプリからは次ページ参照

## A.ウォーキングラリー画面



もしくは

## B.日々の記録画面

※本画面はイメージ図です。



1. 「Fitbitのデータを同期」をクリックします

1 「日々の記録」>「デバイス連携」fitbitの「連携する」を押します

※ログイン画面の表示に数分かかります

2. Fitbitアカウントを入力します  
(※Pepアカウントではありません)

3.同期する項目を選択し[許可]を押します  
※歩数同期には「アクティビティおよびエクササイズ」「プロフィール」が必須です



4. 「Fitbitの連携が成功しました!」と表示されます

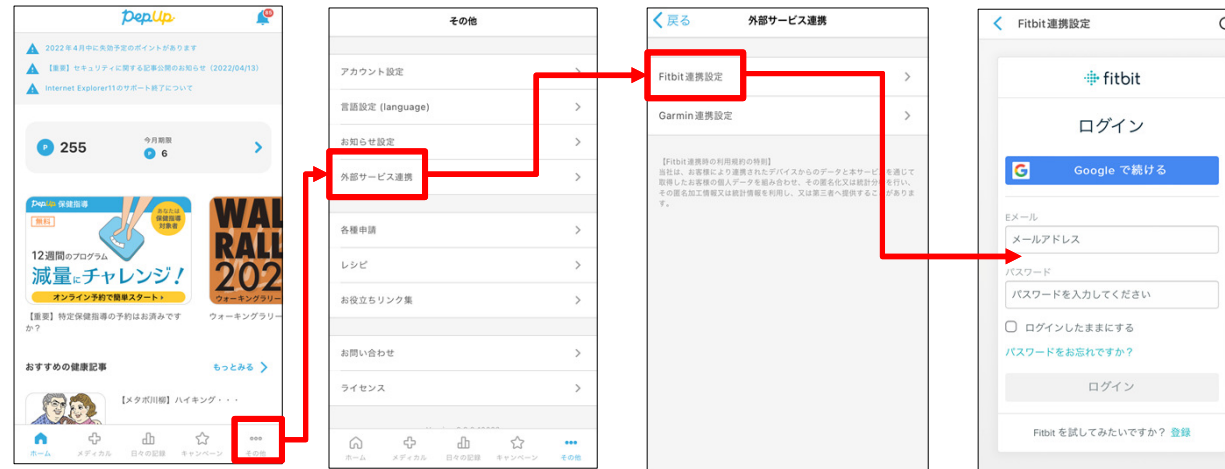
# Fitbitによる歩数入力

## 手順2 : Pep UpアプリからFitbitを連携することも可能です

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力



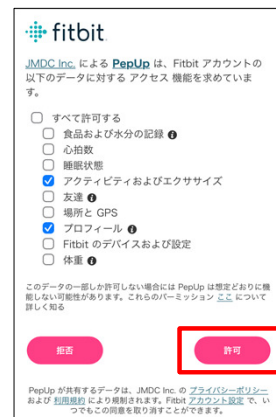
1. PepUpにログインし、右下の「その他」をタップします

2. 「外部サービス連携」をタップします

3. 「Fitbit連携設定」をタップします

4. Fitbitのログイン画面でFitbitアカウントを入力します。  
(※Pep Upアカウントではありません)

※ログイン画面の表示に数分かかることがあります



5. 同期したい項目を選択し、[許可]をタップします。歩数同期には「アクティビティおよびエクササイズ」と「プロフィール」は必須です。



6. 「Fitbitの連携が成功しました!」と表示されます。

■ ステップ5の連携成功画面を更新すると「デバイス連携が失敗した」と表示されることがあります。更新しないようにしてください。歩数連携されていれば問題ありません。

■ FitbitとPep Upの連携解除をしたい場合パソコンやスマートフォンのブラウザの「日々の記録」画面から解除が可能です

※本画面はイメージ図です。

# Fitbitによる歩数入力

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

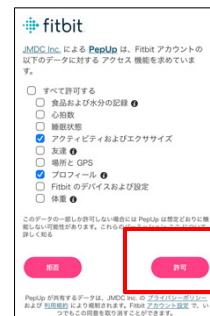
歩数入力

## PepUpアプリからFitbitを連携される場合

※本画面はイメージ図です。



1. PepUpにログインし、アプリ「その他」のアイコンをタップします



4. 同期したい項目を選択し、[許可]をタップします。歩数同期には「アクティビティおよびエクササイズ」と「プロフィール」は必須です。



2. その他のメニューが表示されたら[外部サービス連携]>[Fitbit連携設定]をタップします



3. Fitbitのログイン画面が出たらFitbitアカウントを入力します。（※PepUpアカウントではありません）

※ログイン画面の表示に数分かかることがあります

Fitbit の連携が  
成功しました！



5. 「Fitbitの連携が成功しました！」と表示されます

■ ステップ5の連携成功画面を更新すると「デバイス連携が失敗した」と表示されることがあります。更新しないようにしてください。  
歩数連携されていれば問題ありません。

■ FitbitとPepUpの連携解除をしたい場合  
パソコンやスマートフォンのブラウザの「日々の記録」画面から解除が可能です

# Fitbitによる歩数入力

**手順3**：都度、Fitbitアプリを起動しFitbitデータをPep Upに取り込みます。

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力



1. Fitbitアプリを起動すると、ウェアラブル端末のFitbitで記録されたデータがFitbitアプリに取り込まれます。更新には数分かかることがあります。



2. Fitbitアプリにデータが取り込まれると約1時間ほどでPep Upにもデータが同期されます

■ FitbitアプリとPep Upを強制的に同期させたい場合

パソコンやスマートフォンのブラウザから「日々の記録」>「設定」>「デバイス連携」Fitbitの「同期」を押します。

歩数の画面を更新すると最新データになります。更新には数分かかることがあります。

※本画面はイメージ図です。

# 歩数の入力

## <Garminで自動取得する場合>

GarminとPep Upを連携させると、歩数を手入力しなくてもアプリを起動することでGarminで集計された歩数を取得することができます。



# Garminによる歩数入力

対象者: Garminで歩数・睡眠時間・心拍数（安静時平均）・体重を連携する方

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順1:

アプリ「Garmin Connect」をインストールしてアカウントを作成します。  
※GarminのアカウントとPep Upアカウントは同じメールアドレスとパスワードでなくてもかまいません。



GARMIN®



それぞれのスマートフォンのストアより、Garminアプリ「Garmin Connect」をインストールします。

アプリがインストールされたら、アプリを開いてアカウントを作成し、Bluetooth接続でデバイスと携帯端末を接続（ペアリング）します。

ペアリングをすることにより、デバイスと携帯端末が互いに通信（データの同期）できるようになります。



※GarminアプリとGarminの連携に関するお問い合わせはGarminサポートにお問い合わせください

# Garminによる歩数入力

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

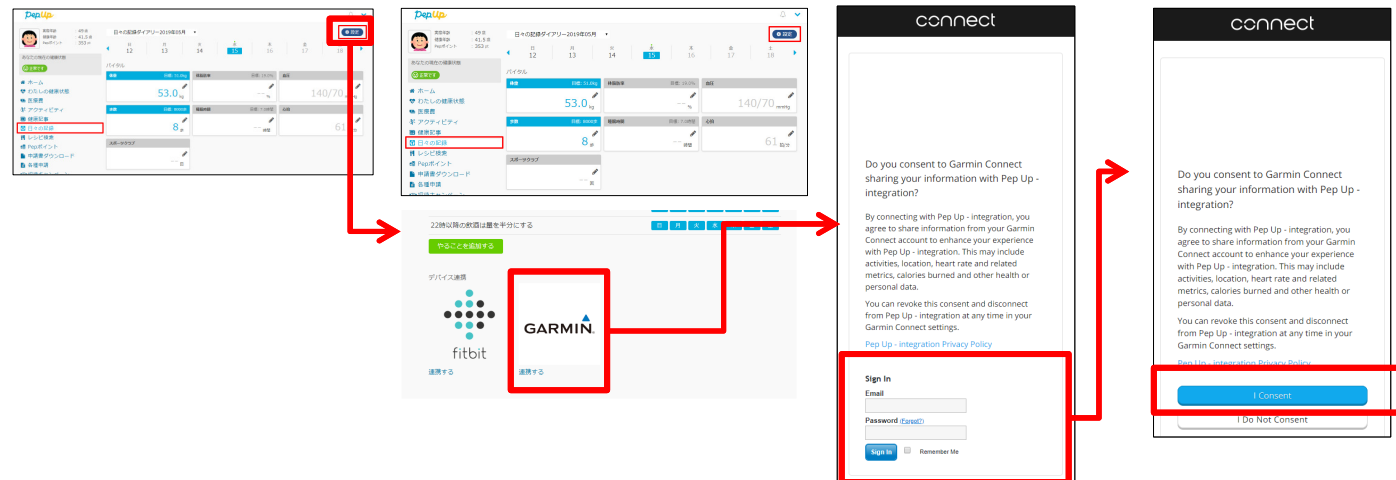
歩数入力

## 手順 2 :

Pep Upにログイン後、Garmin連携を行います  
「HOME」>「日々の記録」>「デバイス連携」

※Pep Upアプリからの連携は次ページ参照

※本画面はイメージ図です。



1. PepUpにログインし、  
「HOME」>「日々の  
記録」>「設定」ボタ  
ンを押します

2.画面一番下のGarminア  
イコンの下「連携する」  
リンクを押します

3. Garmin Connect  
アカウント(Pepアカ  
ウントではありませ  
ん)を入力します

4. PepUPとの  
データ連携を許可  
します

# Garminによる歩数入力

## 手順2 : Pep UpアプリからGarminを連携することも可能です

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力



1. PepUpアプリにログインし、右上のアイコンをタップします

2. その他のメニューが表示されたら[Garmin連携設定]をタップします

3. Garmin Connectアカウント(Pepアカウントではありません)を入力します

4. PepUPとのデータ連携を許可します

■ GarminとPepUpの連携解除をしたい場合  
パソコンやスマートフォンのブラウザの「日々の記録」画面から解除が可能です

# Garminによる歩数入力

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

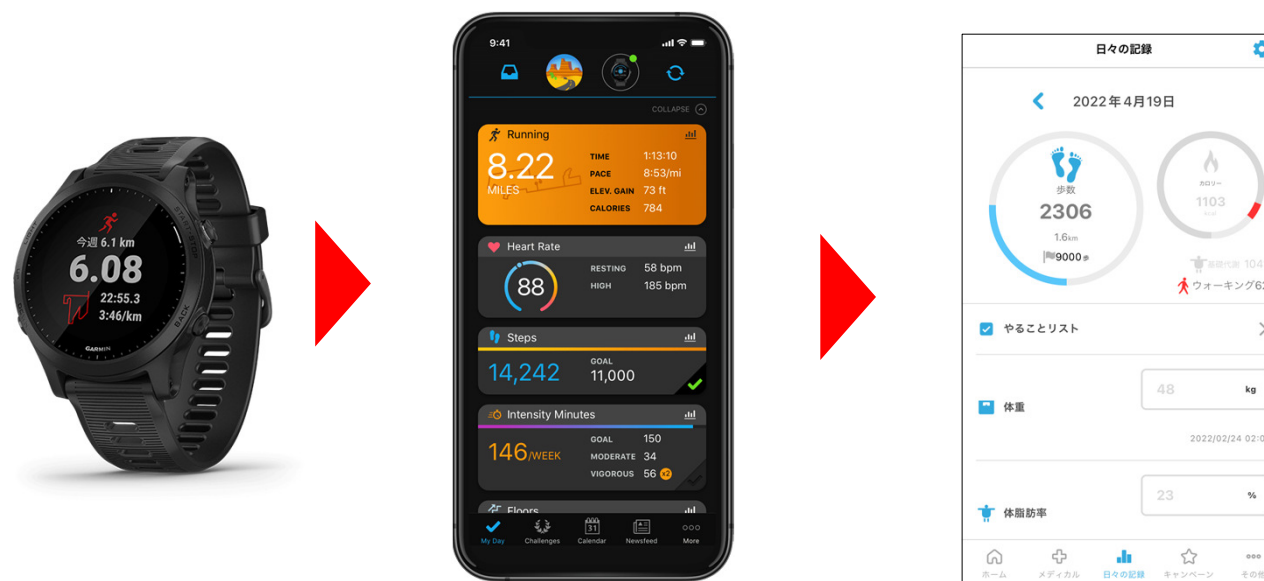
歩数入力

## 手順3：

都度、Garminアプリを起動しデータをPep Upに取り込みます

※本画面はイメージ図です。

連携は1度していただければ問題ありませんが、  
Garmin Connect アプリに都度Garmin（ウェアラブル端末）の歩数が  
取り込まれないとPep Upには同期（反映）しません



1. Garmin Connectアプリを  
起動し、ウェアラブル端末と  
同期し、歩数を取り込みます。

2. Garmin Connectアプリで同期  
すると、Pep Upに反映します。反  
映に時間がかかる場合もあります。

※本画面はイメージ図です。

# 歩数の入力

## <スマートフォンアプリで 自動取得する場合>

Pep Upのアプリと連携すると、歩数を手入力しなくてもアプリを起動することで、iPhoneの「ヘルスケア」やAndroidの「Google Fit」に保存されている歩数データを取得することができます

# アプリ連携手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順1:

以下のURLからPep Upのアプリをインストールし、Pep Upアプリにログインします。(すでにパソコン用のメールアドレスで登録していたら、スマートフォンのアプリでもパソコン用のメールアドレスとパスワードを入力してログインします)

## Pep Up アプリ



<https://itunes.apple.com/jp/app/pepup/id1109651121?mt=8>



<https://play.google.com/store/apps/details?id=life.pepup.app&hl=ja>

# アプリ連携手順

ウォーキング  
ラリー参加

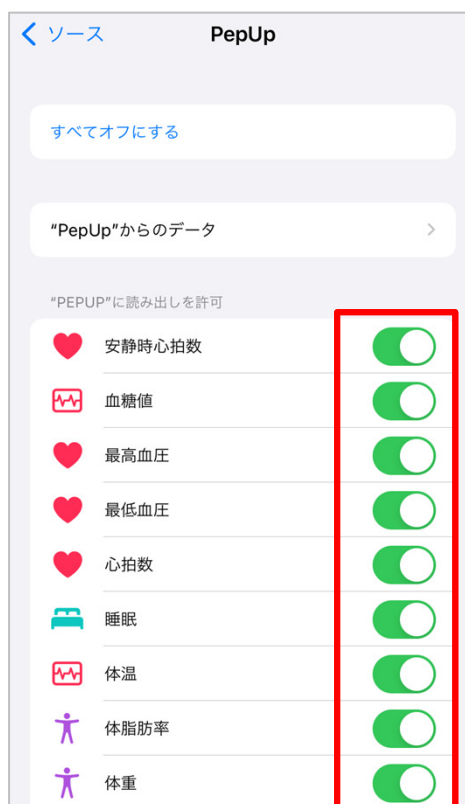
チーム参加

歩数入力

## 手順2:

iOSの場合：iOSヘルスケアアプリと連携します。  
連携したい項目をONにします。 ※手順3に進みます。

※本画面はイメージ図です。



### ■ 連携画面の出し方

- 歯車の「設定」アイコン > 「ヘルスケア」 > 「データアクセスとデバイス」 > 「PepUp」
- 「ヘルスケア」 > 右上のアイコンをタップ > 「プライバシー」項目の「App」 > 「PepUp」

※iOSのバージョンによって異なる場合があります

# アプリ連携手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

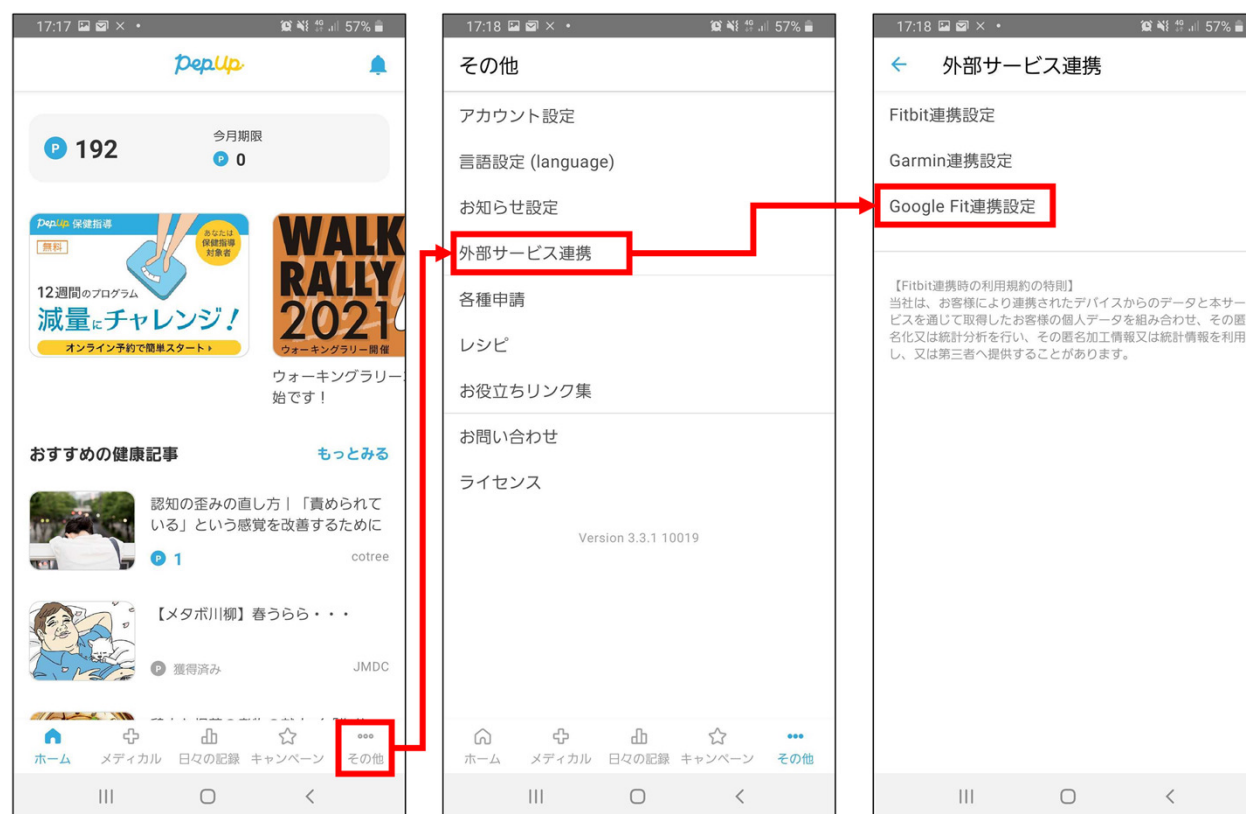
## 手順2-1:

Androidの場合：Google Fitと連携します。

「Google Fit連携設定」をクリックします。

※Google Fitアプリをインストールしていない場合は先にインストール後、ログインして歩数データが入っていることを確認してください。

※本画面はイメージ図です。





# アプリ連携手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

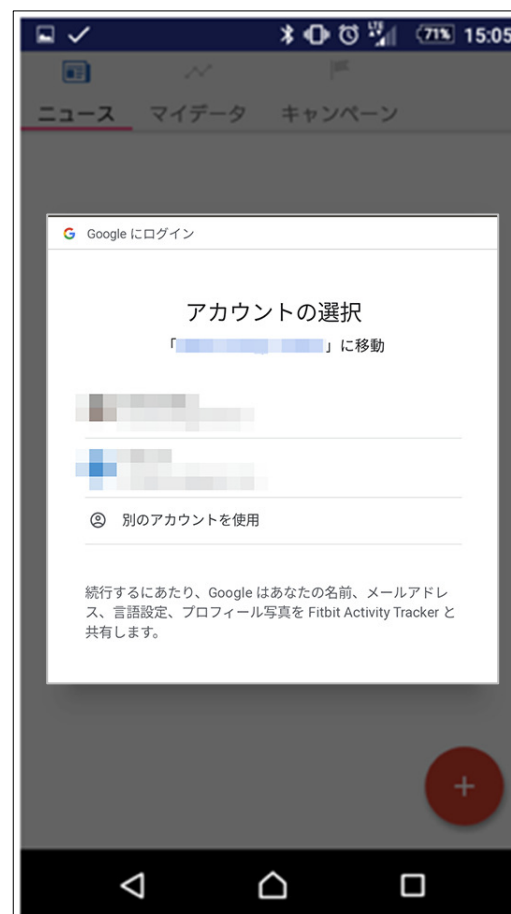
歩数入力

## 手順2-2:

Androidの場合：

アカウントが複数ある場合は、Google Fitで歩数が確認できる連携したいアカウントを選択します。

※本画面はイメージ図です。



# アプリ連携手順

ウォーキング  
ラリー参加

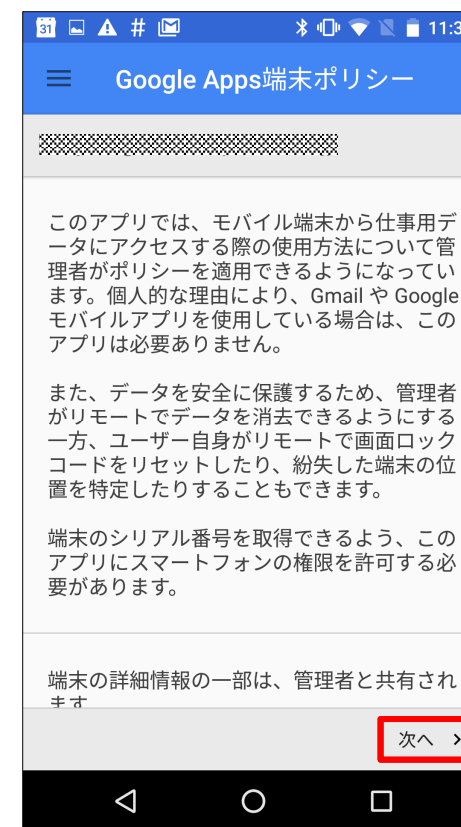
チーム参加

歩数入力

## 手順2-3:

Androidの場合：  
端末ポリシーの適用画面になります。

※本画面はイメージ図です。



# アプリ連携手順

ウォーキング  
ラリー参加

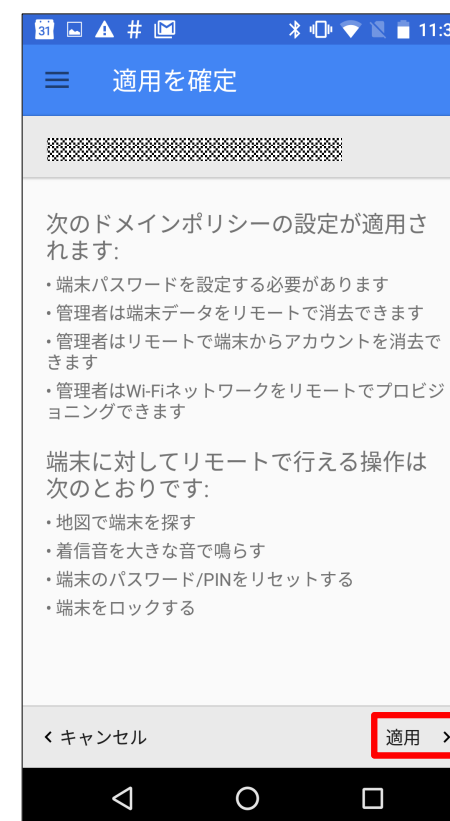
チーム参加

歩数入力

## 手順2-4:

Androidの場合：  
端末ポリシーの適用画面になります。

※本画面はイメージ図です。



# アプリ連携手順

ウォーキング  
ラリー参加

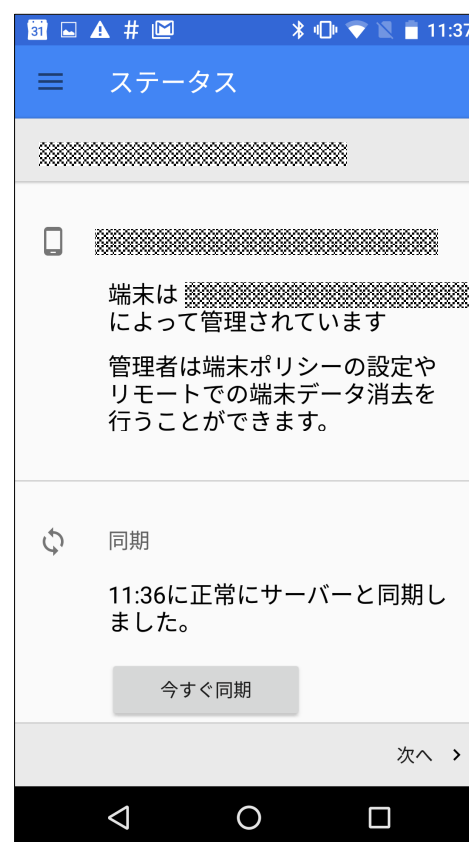
チーム参加

歩数入力

## 手順2-5:

Androidの場合：  
適用されるとステータス画面になります。

※本画面はイメージ図です。



# アプリ連携手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順3-6:

Androidの場合：  
Pep Upによる権限リクエストを許可します。

※本画面はイメージ図です。



# アプリ連携手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順3:

「日々の記録」メニューの画面を下に引っ張って、データを更新します。  
更新が完了すると、最新の歩数がスマートフォンから保存されます。

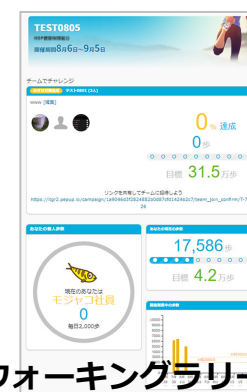
連携後も「ヘルスケア」・「Google Fit」とPep Upアプリを開いて都度データを同期する必要があります。

※本画面はイメージ図です。

## 日々の記録画面



※ウォーキングラリーのランキングページは、11時頃までに入力された前日分までの有効歩数が集計され、14時前後にページが更新されます。  
(集計・更新の時間は状況に応じて前後することがございます)



ウォーキングラリーページ  
で結果確認

# 歩数の入力 <手入力をする場合>

# 歩数入力手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順1:

健保からのお知らせ、またはバナーからウォーキングラリーページにアクセスします。

## HOME画面

※本画面はイメージ図です。





# 歩数入力手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順2:

「昨日の歩数を入力」または「歩数をまとめて入力」をクリック。

## ウォーキングラリーページ

※本画面はイメージ図です。



# 歩数入力手順

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

## 手順3:

歩数入力用のポップアップが表示されるので、歩数項目に対象とする日の「1日の合計歩数」を「半角数字」で入力します。また、日付の項目で入力対象日を選択します。

※本画面はイメージ図です。

## 歩数入力ポップアップ

データ記入

歩数  歩

日付 2022/08/10

時間 00:00

× キャンセル    ✓ 確認

データ記入

歩数  歩

日付 2022/08/10

August 2022

Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10

(上記方法の他に、「日々の記録」や「Pep Walk」からの歩数入力でもウォーキングラリーに反映されます。)

# チーム進捗表示・個人進捗表示 ＜デザインレイアウト改修＞

# レイアウトの変更（チーム進捗表示・個人進捗表示）

今回のデザインのリニューアルを行い、最初にチーム進捗画面を最初に配置するようにしました。  
PC画面・スマートフォン画面それぞれ以下のようなレイアウトになります。



PC画面全体



チーム進捗表示



個人進捗表示

スマホ画面

# チーム進捗表示

- ・開いてすぐ見える！TOPエリアにチーム表示を移設
- ・チームの達成度「%」で表示



## チーム進捗率表示

チーム進捗率を分かり易く%で表示



## 目標達成すると文字色変化

さらに数値も上がってさらに歩数を伸ばす後押しに！

個人やチームのランキングは、今までのまま変わりなく表示



## 個人進捗表示

- ・ その日の進捗を「円グラフ」で分かり易く表示！
- ・ 現在の歩数を見やすく表示！



# 称号機能

楽しく歩くための  
やる気アップ要素が追加されました  
“今回の搭載ストーリー”



# 企業鮮士：ウォキング

毎日の目標歩数に届かなくてモチベが上がらないとき、キャラクターと一緒に楽しく歩数を増やしていきましょう！今回は、出世魚の“ブリ”が歩数を重ねていくと変化していく遊びと一緒に歩きましょう！

この円グラフは歩数で増えます。  
ここがいっぱいになれば、次のキャラに変わるよ

毎日の歩数はココに出るよ



キャラがアニメでぴちぴち動くよ

キギョウセンシ  
企業鮮士

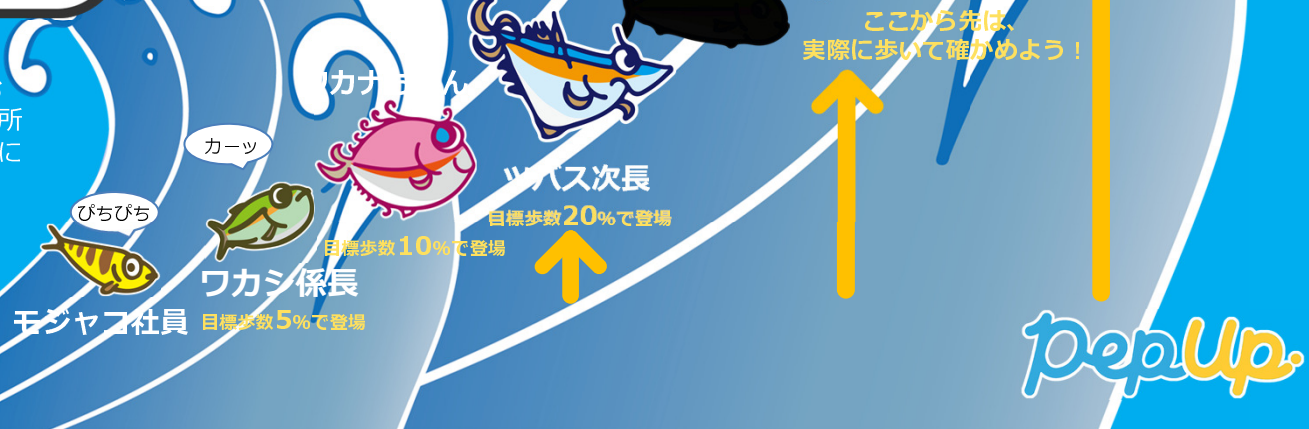
## ウォキング

株式会社「大波」の社員は日夜立派なブリになるため世間の荒波に立ち向かっている。社訓の「ギョの道険し、されど日々歩みて健鮮なり」を合言葉に日夜ウォーキングに励むのである。

今回のブリの成長段階は10段階表現しており、それに合わせ呼称も関西や北陸など各所での呼称も敢えて織り交ぜて、バラエティにしています。

目標歩数とは：

例) 実施期間30日・1日目標8,000歩の場合、  
目標歩数 = 240,000歩となり、これの\*\*%に達するとキャラが変わります。



pepUp.



# ぶらり旅さんぽ：東海道十次

毎日の目標歩数に届かなくモチベーションが上がらないとき、東海道の宿場町を目指し楽しく歩数を増やしていきましょう！今回は、東海道を10の宿場町を犬を伴って楽しく一緒に歩きましょう！



この円グラフは歩数で増えます。  
ここがいっぱいになれば、次の宿場町に変わるよ

毎日の歩数はココに出るよ

キャラがアニメで動くよ



背景の版画も宿場町のものになり楽しめるよ

目標歩数5～10%進むと  
次の宿場町に到着～



## ぶらり旅さんぽ 東海道十次

今じゃ東海道、車や鉄道でひとつ飛び。便利な世の中だねえ～。  
そんなんじゃ 景色も情緒も楽しめねえ。たまには散歩気分で東海道五十三次ならぬ、宿場町、十宿次いで歩いて旅してみようじゃないかい。 さあ、京都へいこう。

実際の距離相当を歩くのではなく、目標総歩数に対してこちらの設定した割合に到達すると次の宿場町に次いでいきます。

目標歩数とは：  
例）実施期間30日・1日目標8,000歩の場合、  
目標歩数＝240,000歩となり、これの\*\*%に達すると次の宿場町に到着します。



私もついていきます

pepUp.

# ウォーキングラリーを 楽しむコツ

# 自己紹介を記入し確認しやすくしましょう

チームチャレンジでは、参加者のアイコンが並びます。クリックすると参加者の自己紹介が見れるので、是非皆さんのプロフィールを記入＆更新して盛り上がりましょう。

The image illustrates the process of editing a profile introduction in the PepUp app. It consists of three main parts:

- プロフィール設定 (Profile Settings):** A screen where users can edit their profile. The '自己紹介' (Self-introduction) field is highlighted with a red box. The text in this field reads: "ウォーキングラリー大好き 花子です。普段は管理部で皆さんの業務を円滑に進められるように頑張っています。頑張ってみなさんと一緒に歩きたいと思います！ふあいとー☆"
- メインアプリ画面 (Main App Screen):** The central interface of the app. The '設定' (Settings) button is highlighted with a red box. A red arrow points from this button to the 'プロフィール設定' screen.
- チームでチャレンジ (Challenge with Team):** A screen showing a list of team members. A heart icon is highlighted with a red circle and a pink arrow. A hand icon with the label 'クリック' (Click) points to the heart icon. A red arrow points from the heart icon to the 'プロフィール設定' screen.

A callout box at the bottom left says: "自己紹介を記入しましょう！" (Please enter your self-introduction!).



# 頑張ったチームメンバーに“いいね”してあげましょう

個人の目標以上に頑張ると、チームの目標に早く近づきます。

頑張ったメンバーの、表示が出てきますので、是非“いいね！”を送ってあげましょう！

### 昨日頑張ったメンバー



ラリー 信子さん  
20000歩達成！  




ラリー 太郎さん  
10000歩達成！  




ラリー 達郎さん  
10000歩達成！  




ラリー 四郎さん  
1位になりました！  




ラリー 陽子さん  
3日連続の目標達成です！  


### ランキング

個人チーム内チーム

チーム内ランキング 8/15 更新

順位	メンバー	総歩数	評価
1位	 ラリー 達郎	54419 歩	 5
2位	 ラリー 信子	20002 歩	 1
3位	 ラリー 太郎	0 歩	 0
3位	 ラリー 明子	0 歩	 0
3位	 ラリー 四郎	0 歩	 0
3位	 ラリー 陽子	0 歩	 0

いいね！

いいね！獲得数

＜頑張ったメンバーが表示される条件＞

- ・「1日で1万歩以上を達成」
- ・「3日間連続で“チーム目標歩数”を達成」
- ・「チーム内の順位変動があり新たに1位になる」

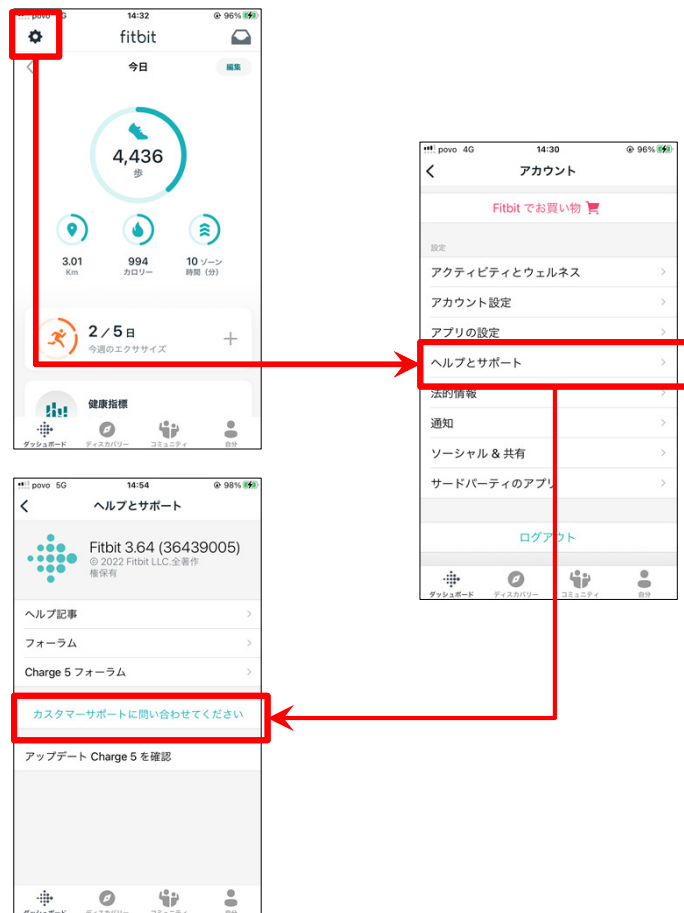
# お問い合わせ先

## Fitbitに関するお問い合わせ

Fitbit アプリ内、もしくは下記URLからFitbitのカスタマーサポートにお問い合わせください。

[サポートに連絡]

<https://myhelp.fitbit.com/s/support?language=ja>



## Pep Upに関するお問い合わせ

「よくある質問」を読んでも解決しない場合は、Pep Up ログイン後の左メニュー「よくある質問」よりお問い合わせください。



ログインできない場合は、Pep Upトップページ下部よりお問い合わせください。

[Pep Up お問い合わせフォーム]  
<https://pepup.life/inquiry>

※本画面はイメージ図です。