



美浜町健康支援
あいあいアプリ

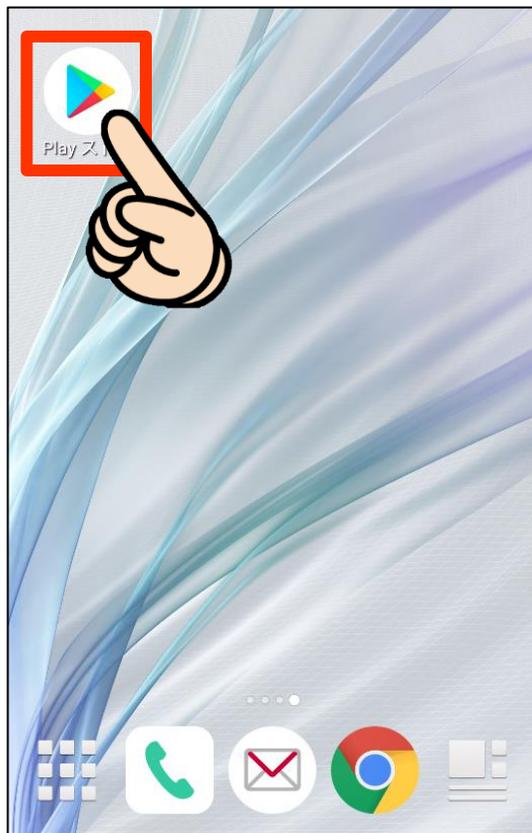
アプリインストール & 登録方法

Androidの場合



1. あいあいアプリをインストールしよう！

(1) 「Playストア」を開く



(2) 検索しよう



このマークをタップ



このアイコンのアプリをタップ

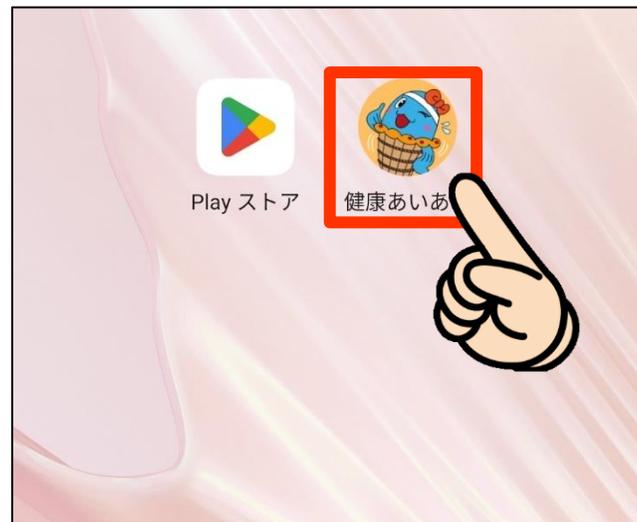
1. あいあいアプリをインストールしよう！

(3) インストールしよう

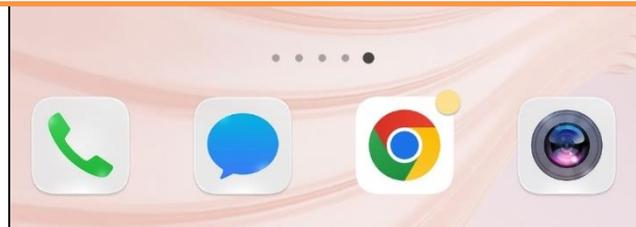


「インストール」をタップ

(4) インストール完了！

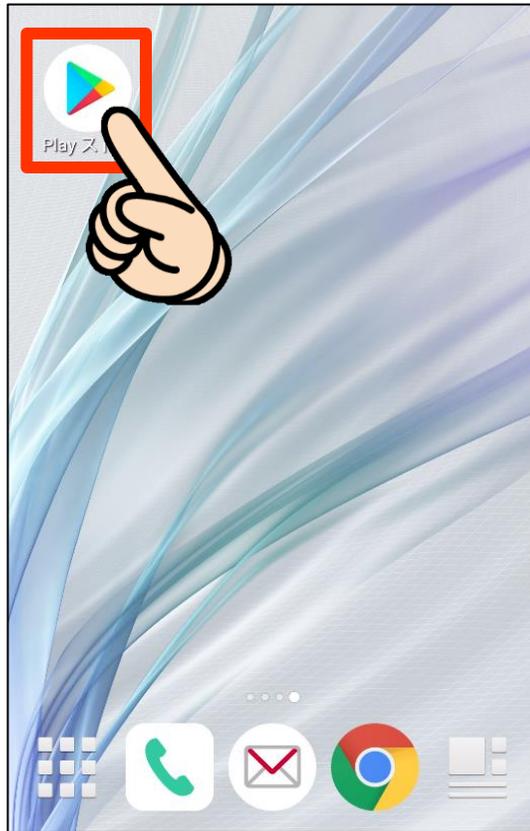


「美浜町健康支援あいあいアプリ」
インストール完了！



2. 「Google Fit」をインストールしよう！

(1) 「Playストア」を開く



このマークをタップ

(2) 検索しよう



「Google Fit」と
入力！

「Google Fit」と入力

2. 「Google Fit」をインストールしよう！

(3) インストールしよう！



「インストール」をタップ

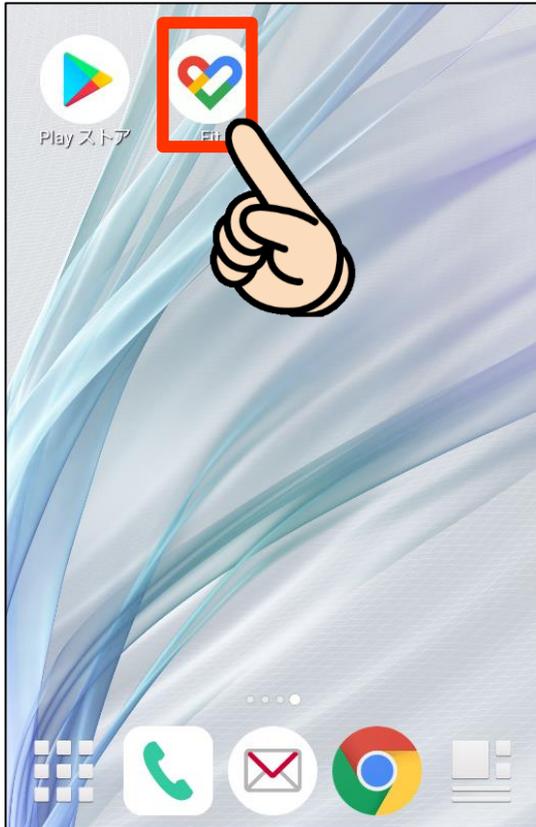
(4) インストール完了！



「Google Fit」の
インストール完了！

3. 「Google Fit」を設定しよう！

(1) 「Google Fit」を開く



このマークをタップ

(2) Googleアカウントを選択



「アカウント名」で続行をタップ

3. 「Google Fit」を設定しよう！

(3) 基本情報を設定しよう

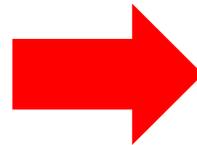
基本情報

この情報に基づいて、Fitはカロリー、距離、運動強度を推定します。また、自分に合ったアドバイ

性別 男性
生年月日 1985/08/14
体重 72kg
身長 172 cm

次へ

基本情報を設定したら「次へ」



運動量を自動で記録

ウォーキング、ランニング、自転車の運動量を自動的に記録するには、Fitに身体活動の認識を許可してください。

Fitで、これらのアクティビティの歩数、距離、カロリー数などの指標が自動的に計算されます。

Fitは分析データを蓄積し、この機能のカスタマイズとアクティビティの認識精度の向上に役立ちます。

これは手動による記録には影響しません。エクササイズはFitでいつでも手動で記録できます。

もっと見る

「もっと見る」をタップ

3. 「Google Fit」を設定しよう！

運動量を自動で記録

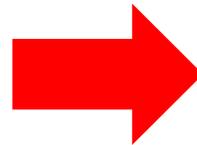
ウォーキング、ランニング、自転車の運動量を自動的に記録するには、Fit に身体活動の認識を許可してください。

Fit で、これらのアクティビティの歩数、距離、カロリー数などの指標が自動的に計算されます。

Fit は分析データを蓄積し、この機能のカスタマイズとアクティビティの認識精度の向上に役立ちます。

これは手動による記録には影響しません。エクササイズは Fit でいつでも手動で記録できます。

利用しない .. **オンにする**



位置情報の使用

自動的に記録された身体活動を地図上に表示するには、常に位置情報を使用することを Fit に許可してください。

Fit は位置情報をバックグラウンドで使用して、ウォーキング、ランニング、サイクリングの活動を地図上に表示します。

利用しない .. **ONにする**

「オンにする」をタップ

「ONにする」をタップ

3. 「Google Fit」を設定しよう！

アクティビティの目標の設定



ハートポイント（強めの運動）

ペースを上げて目標のポイントを獲得しましょう



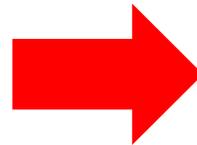
歩数

その調子で目標を達成しましょう

Google Fit では歩数を測るだけでなく、健康の増進に役立つハートポイント（強めの運動）も記録できます

次へ

「次へ」をタップ



ハートポイント（強めの運動）を獲得する方法



早歩き、サイクリング、HIITトレーニングなど、心拍数を上げるアクティビティでポイントが加算されます

次へ

「次へ」をタップ

3. 「Google Fit」を設定しよう！

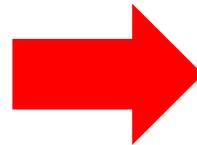
1日の目標の選択

20	5,000
30	7,500
40	10,000

目標はプロフィールでいつでも
更できます



目標を選ぼう！



強めの運動 (pt) 歩数

1,370 0.64 14
kcal km 運動 (分)

心臓の健康に良いとされる運動

アプリを使用するうちに、World Health Organizationが推奨する1週間の運動量を、
するにはハートポイント（強めの運動）をどれだけ
獲得すればよいかわかるようになります。

ホーム 閉じる 日誌 強めの運動 プロフィール

設定完了！

4. 「Google Fit」を連携しよう！

(1) Sign in with Googleをタップ



あいあいアプリで新規登録を
すると表示される画面

(2) 運動データアクセスを許可しよう



Google Fitでカウント
された歩数を取得するための許可

4. 「Google Fit」を連携しよう！

(3) Googleアカウントを選択



エラーが表示された
場合、EX-1へ

エラーが表示されな
かった場合、
(4)へ

EX-1. 「詳細」をタップ



GoogleFitでログインしたGoogle
アカウントを選択

←このマークが表示された場合、
「詳細」をタップ

4. 「Google Fit」を連携しよう！

EX-2. 「美浜町～に移動」をタップ

(4) Google Fitとの連携を許可する



タップ後、(4)の手順へ



←このマークをタップし、すべて選択する

4. 「Google Fit」を連携しよう！

(5) チェックが入っていることを確認



2項目にチェックが入っていることを確認する

(6) 続行をタップして連携完了！



「続行」をタップで、Google Fitの歩数連携完了！

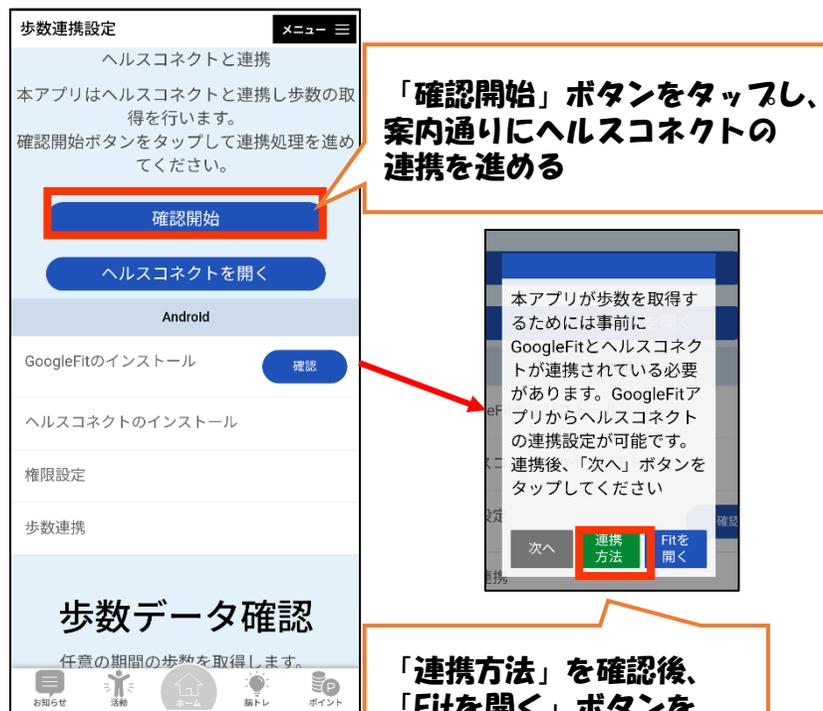
5. 「ヘルスコネクト」を連携しよう！

(1) 「あいあいアプリ」を開く



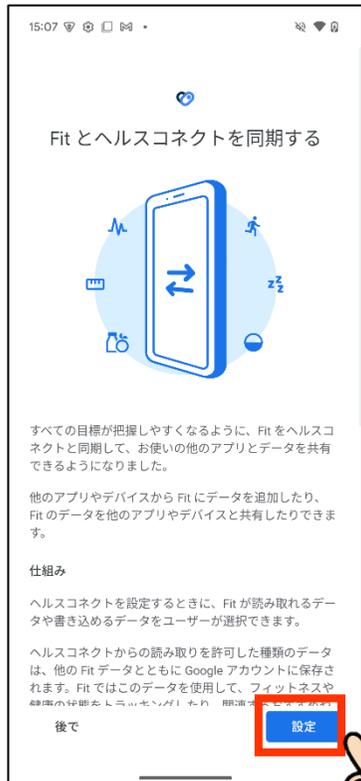
歩数連携がされていない旨のメッセージが表示されたら「確認」ボタンをタップ

(2) ヘルスコネクトを連携する



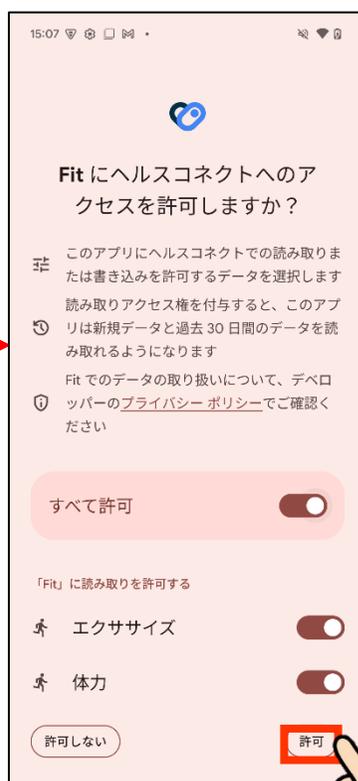
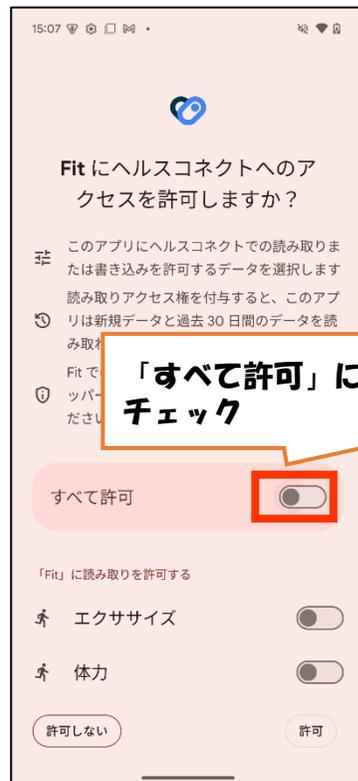
5. 「ヘルスコネクト」を連携しよう！

(3) 「Google Fit」を開く



「設定」ボタンをタップ

(4) 「許可」をタップで完了！



「許可」を押して連携完了！