

# 歩数

## 目次

1. kencomにおける歩数の取得方法	2
└自動入力 (iPhone / Google Fit(Androidのみ) / Fitbit連携 / kencomアプリとの連携)	2
└手動入力 (iPhone、Android)	11
2. 歩数グラフ	12
更新履歴	13

# 歩数

## 1. kencomにおける歩数の取得方法

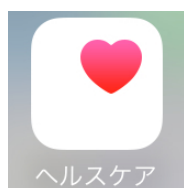
### <自動連携>

kencomアプリをご利用の場合、自動連携を設定することで、歩数を自動で記録することができます。

### ■ヘルスケアアプリによる自動連携（iOS のみ）

(1) iPhoneの [ヘルスケア] アプリを起動

※iOS8以上からiPhoneに搭載されているアプリです

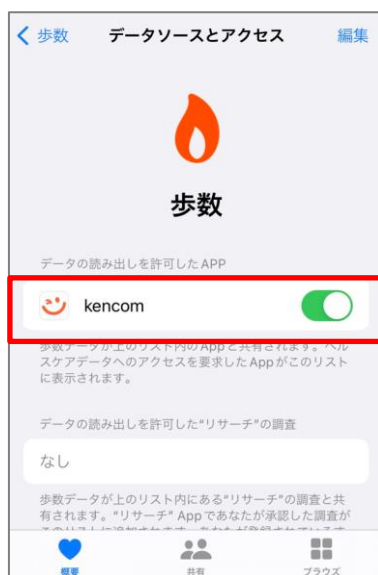


「ヘルスケア」アプリ  
アイコン

(2) [ヘルスケアデータ] → [歩数] を検索

(3) [データソースとアクセス] から kencom のデータ読み出し許可を ON にしてください

(4) その後、歩数が測定されると kencom アプリでも歩数の確認が可能となります



# 歩数

## ■ Google Fit による自動連携 (Androidのみ)

AndroidのkencomアプリにGoogle Fitで取得した歩数データを自動連携することが可能です。

## kencomとGoogle Fitの連携手順

### ◆ 端末にGoogle Fitアプリがない場合

- ① kencomで左下図のような画面が表示され、「ダウンロード」ボタンを押下すると、右下図のようなGoogle PlayストアのGoogle Fitアプリのページに遷移します。
- ② 「インストール」ボタンを押下します。
- ③ インストール完了後にkencomを開くと、kencomとGoogle Fitの連携に進みます。



インストールボタンを  
押してダウンロード、  
インストール実施

# 歩数

## ◆端末にGoogle Fitアプリがあるが、アカウント連携がされていない場合

- ①kencomで左下図のような画面が表示され、「はじめる」ボタンを押下すると、Google アカウントの選択画面が表示されます。
- ②いつも使っているGoogleアカウントを選択して、アクセス権を許可してください。  
(複数ある場合は、選択したアカウントでGoogle Fitアプリ側も設定するようにしてください)

Google Fitアプリ側の歩数取得の設定が完了していない場合は、右下図のような連携完了画面の「Google Fit アプリを起動」ボタンを押下してGoogle Fitアプリを起動し、初期設定をしてください。



# 歩数

## 【Google Fitアプリの初期設定】

Google Fitアプリを起動すると以下のような内容の画面が表示されます。(2023/11時点)

※お使いのAndroidスマートフォンの機種、OSなどの違いで、表示される画面が異なる可能性がありますのでご了承ください。詳細は下記、Google Fit公式サイト等をご確認ください。[https://www.android.com/intl/ja\\_jp/articles/258/](https://www.android.com/intl/ja_jp/articles/258/)

	画面	設定
①	アカウント選択	<b>必須</b> : kencomと連携するアカウントを選択してください
②	基本情報入力 (性別/生年月日/体重/身長)	任意 (入力するとGoogle Fitにおけるフィットネスデータの精度が高められる)
③	アクティビティの記録	<b>必須</b> : オンにする (歩数計測のためにはオンにする必要があります)
④	運動データへのアクセス	<b>必須</b> : 許可 (歩数計測のためには許可する必要があります)
⑤	位置情報の使用/ アクセス許可	任意 (ただし、ON/常に許可にしないとうまく歩数取得ができない場合があるようです)
⑥	1日の目標設定	<b>必須</b> (ただしGoogle Fit側の管理のためで、kencomでは利用しないため、どれを選択しても問題ありません)

# 歩数

## 【Google Fitアプリの初期設定】

- ①アカウント選択：kencomと連携する（or すでに連携した）アカウントを選択してください
- ②基本情報入力（性別、生年月日、体重、身長）  
任意：入力するとGoogle Fitにおけるフィットネス データの精度が高まる
- ③アクティビティの記録：歩数計測のためにオンにする必要があります
- ④運動データへのアクセス:歩数計測のためには許可する必要があります



# 歩数

## 【Google Fitアプリの初期設定②】

⑤位置情報の使用/アクセスうまく歩数取得ができない場合は、ONにする / 常に許可にするとうまくいくことがあります



⑥ 1日の目標設定次へを押して進み、最後に任意の目標歩数を設定してください



# 歩数

## ■ Fitbit による自動連携

iPhone・AndroidのkencomアプリにFitbitで取得した歩数データを自動連携することが可能です。

<kencomとFitbitの連携手順>

- ①Fitbit アプリをインストールする
- ②kencomアプリを起動
- ③kencomアプリTOP > 「カラダ」タブ よりカラダの記録右側の歯車マークを押下
- ④自動連携設定の「歩数」を押下し、「Fitbit」を選択
- ⑤Fitbitログイン画面が表示されるのでお使いのFitbitアプリにログインしている方法でログイン
- ⑥[すべて許可する]にチェックを入れる
- ⑦アクティビティおよびエクササイズにチェックが入ったことを確認して[許可]をタップ
- ⑧自動連携アプリとしてFitbitが選択され、設定完了





# 歩数

---

<Google Fit / Fitbit アプリダウンロードについて>

■ Google Fit による自動連携を実施する場合 (Androidのみ)

・ Android端末 :

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.fitness>

または“Google Fit”で検索

■ Fitbit による自動連携を実施する場合

・ iOS端末 :

<https://apps.apple.com/jp/app/fitbit/id462638897>

または“Fitbit”で検索

・ Android端末 :

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.fitbit.FitbitMobile>

または“Fitbit”で検索

# 歩数

## ■ kencomアプリとの連携

kencomアプリと取得したデータを自動連携する手順は下記となります。

- ①kencomアプリを起動。
- ②「カラダ」タブを押下する。
- ③【カラダの記録】の右側にある「設定」を押下する。
- ④連携させたい項目を押下する。
- ⑤連携アプリを選択し、設定完了。

## ▼連携アプリ

- ・ヘルスケアアプリ (iPhone)
- ・Google Fit (android)
- ・Fitbit (iPhone / android)



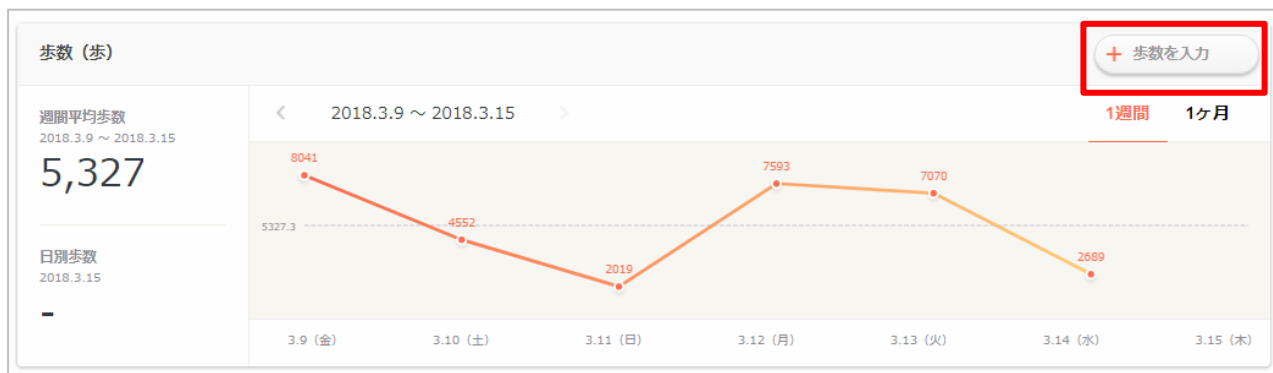
# 歩数

## <手動入力>

- kencomアプリをご利用の場合、「カラダタブ」の歩数表示箇所「+」ボタンから手入力で歩数を記録できます。



- PCブラウザからご利用の場合、「カラダの記録」の歩数表示箇所「+」ボタンから手入力で歩数を記録できます。



※パソコンまたはアプリから歩数を手入力した場合、その日の歩数を自動記録の歩数に戻すことはできませんのでご注意ください。

※アプリで自動計測した歩数があった場合でも、歩数を手入力すると、手入力した歩数データを正しい記録として保存されます。

※SPブラウザ版から歩数を記録することはできません。パソコンまたはアプリからの手入力をお試しください。

※歩数記録の上限は自動連携 (Android・iOS)、手入力ともに「999,999」となります。

# 歩数

## 2. 歩数グラフ

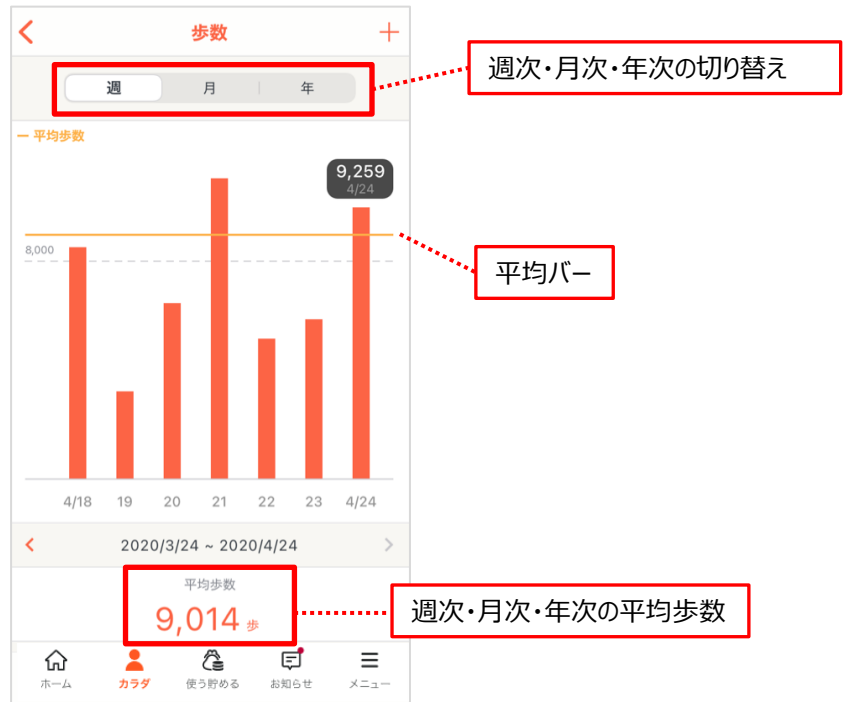
これまでの歩数推移をグラフで確認することができます。

アプリでは週次・月次・年次、PCでは週次・月次で表示切替ができ、過去の歩数を遡って確認することも可能です。

<アプリ>

TOP画面「カラダ」タブ > 歩数

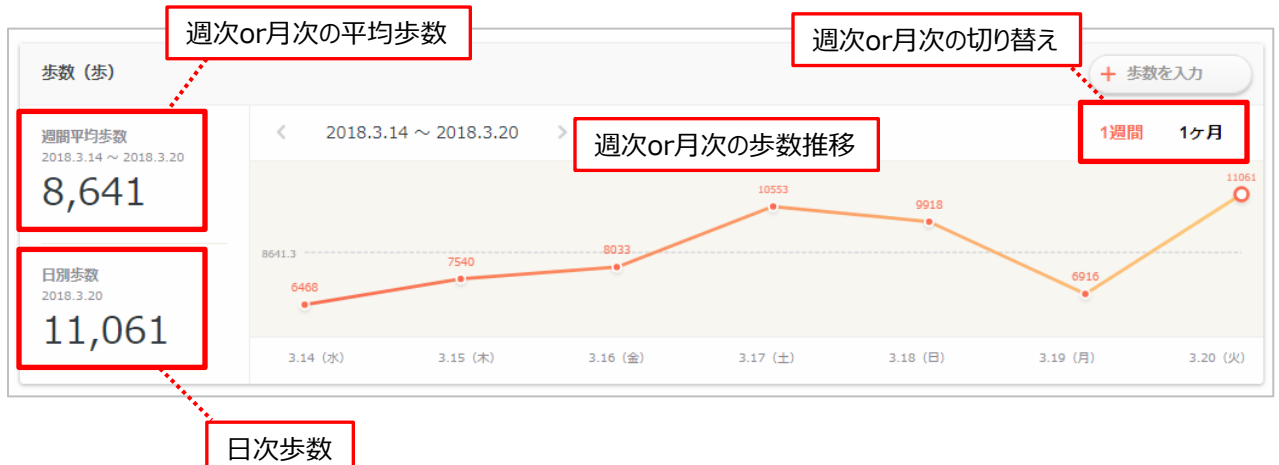
※アプリは棒グラフ表示



<PC>

TOP画面「カラダの記録」タブ > 歩数

※PCは折れ線グラフ表示



## 更新履歴

版数	日付	内容	担当
V1.0	2018/3/30	新規作成	DeSC
V2.0	2018/5/31	歩数上限追加	DeSC
V3.0	2019/7/31	一部文言画像修正	DeSC
V3.1	2019/12/04	一部文言修正	DeSC
V3.2	2020/04/30	注意事項を追加	DeSC
V3.3	2020/08/31	一部仕様を追加	DeSC
V3.4	2020/11/20	歩数グラフの画像 変更	DeSC
V3.5	2021/04/01	歩数上限の更新	DeSC
V3.6	2022/10/31	一部画像の変更	DeSC
V3.7	2022/12/23	Google Fit による 自動連携 (Androidのみ) の 一部内容変更	DeSC
V3.8	2024/01/26	Google Fit による 自動連携 (Androidのみ) の 一部内容変更	DeSC
V3.9	2024/09/12	kencomアプリと の連携の更新	DeSC