

マイヘルスアップキャンペーン 操作マニュアル

参加登録

1. Web サイトにアクセス



Web サイトにアクセスし、「参加登録はこちら」をクリックします。

※昨年の情報は引き継がれません。

昨年登録されている方も、パスワードやニックネーム等を改めてご登録ください。

パスワード、ニックネームは後から変更もできます。

2. 概要を確認



概要ページが表示されますので、よくお読みの上、「参加登録はこちら」をクリックします。

3.利用資格の確認

利用資格の確認

ログインID

生年月日 年 月 日

ログインIDについて
社員(被保険者): 社員番号 10桁
任意継続者、配偶者(被扶養者): 保険証の記号・番号・枝番 10桁
※10桁に不足している場合は、0をつけて下さい。
例)記号 12 番号 3456 枝番 01 ⇒ 0012345601

次へ

「利用資格の確認」ページが表示されますので、「ログインID」と「生年月日」を入力し、「次へ」ボタンをクリックします。

※5回以上誤った情報を入力すると、一定時間ロックされます。しばらく時間を空けてから再度お試しください。

～ログインIDについて～

従業員(被保険者):社員番号 10 桁

任意継続者、配偶者(被扶養者):

保険証の記号・番号・枝番 10 桁

※10 桁に不足している場合は、頭に 0 を追加

例)記号 12 番号 3456 枝番 01

⇒ ログインID 0012345601

4.利用規約の同意

利用資格の確認 利用規約の同意 参加登録

利用規約の同意

利用規約

第1条 適用範囲
1 マイヘルスアップキャンペーン利用規約（以下「本規約」といいます。）は、キュービー・アラハタ健康保険組合（以下「当組合」といいます。）が、マイヘルスアップキャンペーン上で提供するサービス（以下「本サービス」といいます。）を、当組合の被保険者及びご家族（以下「利用者」といいます。）が利用する場合の、一切の行為に適用されます。
2 本規約は、利用者に関する本サービスの利用条件を定めるものです。利用者は、本サービスを利用することにより、これらの規約の全ての記載内容について同意したものとみなされます。
3 マイヘルスアップキャンペーンには、本規約のみならず、ガイドライン、ヘルプ、その他の規程（以下「その他の規程」といいます。）が定められる場合があります。その他の規程は、名称の如何に関わらず、本規約の一部を構成するものとします。本規約の規定とその他の規程の規定に齟齬が生じる場合は、本規約が優先して適用されるものとします。

同意しない 同意する

「利用規約の同意」ページが表示されますので、よくお読みの上、同意していただける場合は「同意する」をクリックしてください。

※「同意しない」場合は、本キャンペーンに参加できません。

5.参加登録情報の確認・入力

利用資格の確認

利用規約の同意

参加登録

参加登録

基本情報

ログインID

1000000008

氏名

テスト8

性別

女性

所属

アラハタ 本社

チーム名

キュービー 札幌支店

パスワード

※10～20文字の半角英数字

パスワード(確認)

※10～20文字の半角英数字

メールアドレス

※注意
・登録するとパスワード忘れの時に確認ができます。
・キャンペーン期間中のみ、健保組合からのお知らせが配信されます。

メールアドレス(確認)

※注意

ニックネーム

※全角10文字まで
※他参加者に公開されます。公序良俗に反するもの、個人が特定できるものは登録しないでください。

希望特別賞

未選択

コース選択

コース選択の仕方
(例1)【必須】から1コース、その他から1コースを選ぶ
(例2)【必須】から2コースを選ぶ
※【必須】コースから必ず1つは選択してください。

☐ 【必須】 サラダファーストコース

詳細

☐ 【必須】 プラスワンエッグコース

詳細

☐ 飲み物は無糖コース

詳細

☐ おやつは我慢コース

詳細

☐ 腹八分目がベストコース

詳細

☐ 噛む噛むゆっくりコース

詳細

☐ 朝ごはんを食べよう!コース

詳細

☐ 寝る前は食べないコース

詳細

☐ 毎日、ラジオ体操コース

詳細

☐ 【必須】 毎日、8000歩コース

詳細

☐ 【必須】 階段を歩こうコース

詳細

☐ 腰痛・肩こり改善コース

詳細

☐ 15分deストレッチコース

詳細

☐ ダイナミックに家事コース

詳細

☐ タバコよ、さらばコース

詳細

☐ 飲むなら遠慮コース

詳細

☐ 歯を大切にコース

詳細

☐ 毎日体重を量ろうコース

詳細

☐ いい場だな～コース

詳細

☐ 6時間寝たろうコース

詳細

☐ 就寝1時間前はPC・スマホなどは見ないコース

詳細

個人情報の取扱いについて ☐ 同意する

個人情報の取扱いについてはコチラ

確認ページにすすむ

「参加登録」ページが表示されますので、以下情報を入力してください。

【基本情報】

- ・パスワード
- ・パスワード(確認)
- ・メールアドレス
- ・メールアドレス(確認)
- ・ニックネーム
- ・希望特別賞

※メールアドレスの登録は任意です。登録するとパスワードを忘れたときに問い合わせができます。また、キャンペーン期間中のみ健保組合からののお知らせが配信されます。

【コース選択】

必須コースから1つ、その他から好きなコースを1つ、合わせて2つを選択し、チェックボックスにチェックをつける

※コース名の右側にある「詳細」をクリックすると各コースの説明ページが表示されます。

【個人情報の取扱いについて】

「同意する」のチェックボックスにチェックをつける

最後に「確認ページにすすむ」ボタンをクリックします。

利用資格の確認

利用規約の同意

参加登録

参加登録

基本情報

社員番号	99999
氏名	健保 太郎
所属	キュービー・アヲハタ健康保険組合
チーム名	キュービー_健保・任健
パスワード	*****
メールアドレス	y.wada@sociohealth.co.jp
ニックネーム	けんぼ
希望特別賞	任天堂Switch本体&リングフィットアドベンチャー(ソフト)

上記の内容を登録します。よろしいですか？

登録

戻る

登録情報を確認の上、誤りがなければ「登録」ボタンをクリックしてください。修正したい場合は「戻る」ボタンをクリックし、修正してください。

※メールアドレスを登録された方には、参加登録完了のメールが配信されます。誤ったメールアドレスを登録すると、メールをお届けできません。

※「kenpo-net.jp」からメールが配信されますので、ドメイン指定をされている方は登録をお願いします。

参加登録

エントリーありがとうございます。
引き続きマイヘルスアップキャンペーンをお楽しみください。

TOPページへ戻る

左の画面が表示されれば、参加登録は完了です。

記録をつける

1. TOP ページからアクセス



TOP ページの「記録をつける」をクリックします。

2. 記録をつける日付や入力方式を選択

【カレンダーからの入力方式】



記録をつける日付をカレンダーから選択し、「できた」または「できなかった」にチェックを入れ、「登録する」ボタンをクリックします。

※日記を入力して「公開する」にチェックを入れると、TOP ページにて他のユーザーにも表示されます。

※右上の「CSV ダウンロード」をクリックすると、登録済みの記録を CSV でダウンロードできます。

【まとめて入力方式】



カレンダー右上の「まとめて入力」をクリックすると、一括で入力できる画面が表示されます。「できた」または「できなかった」にチェックを入れ、「登録する」ボタンをクリックします。

※日記を入力して「公開する」にチェックを入れると、TOP ページにて他のユーザーにも表示されます。

※右上の「CSV ダウンロード」をクリックすると、登録済みの記録を CSV でダウンロードできます。

記録を見る

1. TOP ページからアクセス



TOP ページの「記録を見る」をクリックします。

2. 記録を見る画面

記録を見る						
チーム別達成状況						
チーム	参加者数	参加率	20P 以上	40P 以上	60P 以上	80P 以上
キュービー_ロジスティクス本部	2名	1.9%	0名	0名	0名	0名
キュービー_健康・任職	2名	3.8%	0名	0名	0名	0名
キュービー_経営推進本部	1名	0.9%	0名	0名	0名	0名
ケイ・システム	1名	0.7%	0名	0名	0名	0名
キュービー_広報・CSR・内部監査・マーケティング	0名	0.0%	0名	0名	0名	0名
キュービー_営業統括	0名	0.0%	0名	0名	0名	0名
キュービー_海外本部	0名	0.0%	0名	0名	0名	0名
キュービー_研究開発本部	0名	0.0%	0名	0名	0名	0名

チーム別の達成状況を確認できます。(自身が所属するチームの行は赤字)

参加者数、参加率は記録用紙での参加者数を含んだ数となります。

※「毎日、8,000 歩コース」を選択したユーザーは、ページ上部にランキングが表示されます。

感想を入力する

1. TOP ページからアクセス



TOP ページの「キャンペーンの感想はこちら」をクリックします。

※左記ボタンは感想入力期間中にのみ表示されます。

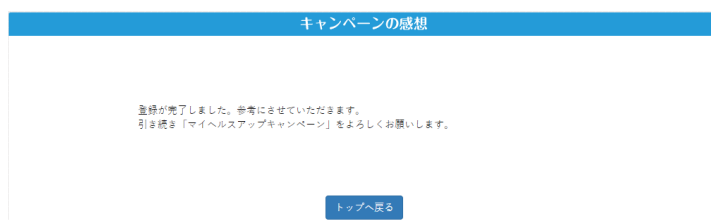
2. 感想入力



感想をご入力のうえ、「確認画面へ」ボタンをクリックします。



内容に問題がなければ、「送信」ボタンをクリックします。



左の画面が表示されれば、感想入力は完了です。



① 参加登録はこちら！	本プログラムの概要ページを経由して参加登録画面を表示します。
② ログイン ID・パスワード	参加登録の完了後は毎回ここからログインします。ご自身のログイン ID(10桁)と参加登録時にご自身で登録したパスワードを入力します。
③ キャンペーンって？	本プログラムの概要ページを表示します。
④ コース紹介	各コースの紹介ページを表示します。
⑤ よくある質問	本プログラム利用中のよくある質問を Q&A 形式で表示します。
⑥ お問い合わせ	本プログラムに対するお問い合わせフォームを表示します。
⑦ 参加者の日記	参加者の日々の日記を確認できます。ログイン後、ニックネームをクリックすると詳細を確認できます。また、「イイね！」することができます。
⑧ お知らせ	事務局からのお知らせを掲載します。
⑨ QR コード	スマートフォンでの読み込み用の QR コードです。
⑩ 個人情報保護	個人情報保護に関するページを表示します。
⑪ 利用規約	利用規約のページを表示します。

ようこそ テスト1 さんさん | [ユーザー情報変更](#) | [パスワード変更](#) | [ログアウト](#)

Health Up
マイヘルスアップキャンペーン
キュービー・アヲハタ健康保険組合

[HOME](#) | [Up キャンペーンって?](#) | [コース紹介](#) | [?](#) (15) | [お問い合わせ](#) (16) | (17)

21のコースの中から、
あなたが選んだ目標に2カ月間 **チャレンジ**
簡単だから **気軽に**続けられる
楽しくなるから、続けたいくなる

キャンペーンの感想はこちら

参加者の日記

▶ 一覧で見る

お知らせ

▶ 一覧で見る

コースA:
LOVEベジタブル
コースB:
毎日、ラジオ体操
がんばるぞ!!

(12) **テスト1さんの記録**

実践日数	コースA	0日
	コースB	0日
保有ポイント	0ポイント	
入力日数	0日	
もらったイイね!	0回	

(13) **記録をつける** (14) **記録を見る**

| お問い合わせ | 個人情報保護 | 利用規約 | Copyright © 2022 キュービー・アヲハタ健康保険組合, 株式会社法研 All Rights Reserved.

⑫ 自身の状況確認エリア	選択したコースや記録状況を確認できます。
⑬ 記録をつける	日々の実施記録・日記を登録します。入力カレンダー形式及びまとめて入力形式どちらからでも登録可能です。
⑭ 記録を見る	他参加者のコース選択状況及び入力状況をチーム単位で表示されます。「毎日、8,000 歩」コース選択者は歩数ランキングも表示されます。
⑮ ユーザー情報変更	参加登録時の情報を変更できます。
⑯ パスワード変更	パスワードを変更できます。
⑰ ログアウト	ログアウトします。共用パソコンをお使いの方は必ずログアウトするようお願い致します。

パスワードを忘れた場合

1. TOP ページからアクセス



TOP ページの「※パスワードを忘れた方はこちら」をクリックします。

2. メールアドレスを入力

パスワードを忘れた場合

登録したメールアドレスを入力してください。案内メールを送信いたします。

メールアドレス

メールアドレス

送信

閉じる

参加登録時に登録したメールアドレスを入力し、「送信」ボタンをクリックしてください。

メールアドレス宛に仮パスワードが発行されますので、仮パスワードを使用してログインし、「登録情報変更」からパスワードの変更を行ってください。

※参加登録時にメールアドレスが未登録の方は、お使いいただけません。

※メールが届かない・登録したメールアドレスを忘れてしまった方は、下記までお問合せください。

キューピー・アヲハタ健康保険組合

TEL 03-5384-7740

内線 731-4560

ご不明点等がある場合

1. TOP ページからアクセス



TOP ページの「お問い合わせ」をクリックします。

2. お問い合わせ内容を入力

お問い合わせ

キュービー・アヲハタ健康保険組合
【受付】 9:00~17:45（土日祝は除く）
TEL : 03-5384-7740
※お問い合わせフォームから送信の場合、回答にお時間をいただく場合がございます。

ログインID

お名前

返信先メールアドレス

お問合せ内容 (400文字以内)

以下項目を入力の上、「送信」ボタンをクリックします。

- ・ログイン ID
- ・お名前
- ・返信先メールアドレス
- ・お問合せ内容