

2024年度

WEBウォーキングイベント

開催期間

2024年11/1(金) ~ 2025年1/31(金)

今すぐアクセス！KENPOSはこちらから！>>>

<https://www.kenpos.jp/>



今年度は
なんと！

達成賞

イベント期間中の歩数記録が40万歩以上の方全員に
達成賞として2,000円分の電子マネーをプレゼント！

イベント概要

●参加対象者

J-オイルミルズ健康保険組合の被保険者

※イベント終了時点で当健保に加入している方が対象となります。

●参加方法

KENPOSにログインしてイベント期間中の歩数を入力してください。

入力期限:2025年2月7日(金)まで

※KENPOS初回登録日より前の日付の歩数は登録できません。

●達成賞について

イベント期間中の歩数記録が40万歩以上の方全員に
選べる電子マネーギフト(2,000円分)をプレゼントします。

※送付はKENPOS登録のメールアドレス宛に

2025年3月上旬頃を予定しています。

※メール配信時までKENPOSの登録を退会された方は
参加が無効になります。



歩数の登録方法（初回登録がお済の方はSTEP8から！）

STEP 1

KENPOSにアクセスします。
<https://www.kenpos.jp/>



STEP 2

『初回登録ページに移動する』をクリックします。
保険証もしくはマイナポータルの「健康保険証情報」をお手元にご用意の上、
・記号 ・番号(枝番号は入力不要) ・保険者番号【06134449】
・カナ氏名 ・生年月日を入力してください。
入力が完了したら『個人情報・利用規約同意ステップに進む』をクリックします。

STEP 3

『個人情報の取り扱いについて』の内容を確認し、同意のチェックを入れます。次に、『会員利用規約』を確認し、同意のチェックを入れ、『基本設定ステップに進む』をクリックします。

STEP 4

各項目を入力します。
・メールアドレス:1人につき1メールアドレス
・パスワード:半角英数混在で8文字以上
・ニックネーム、氏名、公開設定
・ひみつの質問と答えを入力:質問はプルダウンから選択
答えは15文字以内

<補足> **セキュリティの関係で以下ドメインは使用不可**
@asint.jp @biglobe.ne.jp @AOL.net

『確認ステップに進む』をクリックします。

STEP 5

入力内容を確認後、『メールを送信する』ボタンを押してください。
登録されたメールアドレスに「仮登録完了のお知らせメール」が送信されます。

STEP 6

仮登録メールのURLを24時間以内にクリックすると、
『初回登録(完了)』の画面が表示されます

STEP 7

『パスワード入力に進む』をクリックし、パスワードを入力して、
ログインしてください。

STEP 8

KENPOSに歩数の入力を行います。
歩数の自動連携方法・・・次のページをご確認ください。
歩数の自動連携をしない場合は・・・KENPOSTトップ画面の『毎日の記録』から『昨日の歩数を入力する』をクリックして歩数を入力し、『更新する』をクリックします。

<補足> 昨日より前の歩数を入力する場合は、KENPOSTトップ画面上部『毎日の記録』より『歩数』をクリック後、『自身の健康記録を見る』をクリックします。
歩数の『編集する』をクリックし、歩数を入力後、『更新する』をクリックします。

※KENPOS初回登録日よりも前の日付の歩数は登録できません。

KENPOSに登録された方は、 KENPOSに歩数が自動連携される【KENPOS アプリ】も利用できます！

STEP 1

下記の二次元コードを読み取り、アプリをダウンロードしてください。



※ Apple、Apple ロゴ、iPad、iPhone、iPod touch は米国および他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。
AppStoreはApple Inc.のサービスマークです。
※ Android、Google Play、Google Playロゴは、Google Inc.の商標です。

STEP 2

KENPOSアプリを起動し、プライバシーポリシーを確認します。
『同意する』にチェックして、『進む』をタップしてください。

STEP 3

KENPOSのログインIDとパスワードを入力します。
※初回ログインの場合はアプリの使い方が表示されます。

STEP 4

初回設定の画面から目標の数値を入力します。
KENPOSサイトで既に設定している場合は、その値が表示されます。
※目標設定を後から行う場合は『スキップする』を選択してください。

STEP 5

KENPOSアプリとデバイスの連携します。
画面左上の設定から『目標・データ取得設定』をタップします。
歩数・体重等を取得するアプリまたはデバイスを選択し、『更新する』を
タップしてください。

※ご利用端末にiOSヘルスケア、Google Fit、Fitbitのアプリがダウンロード済みか
必ずご確認ください。アプリがダウンロードされていない場合、連携されません。
※血圧はiOSヘルスケアとGoogle Fitのみ対応しています。



iPhoneの方... iOSヘルスケア
またはFitbitを選択

Androidの方... Google Fit
またはFitbitを選択



データはアプリ起動時に連携されます。KENPOSへ歩数を確実に反映させるために、1週間に1度はアプリを起動してください。