GUPPY

新潟県

にいがたヘルス＆スポーツマイレージ

アプリ操作マニュアル

2022年7月26日

目次

１．ご利用の流れ　3p

２．アプリのインストール方法　4～9p

３．プロフィール登録方法　10p

４．［新潟県］の登録方法　11p

５．ポイントの貯め方　12～20p

６．ポイント交換方法　21p

ご利用の流れ

STEP 01 アプリのインストール・プロフィール登録

STEP 02 ［新潟県］の追加

STEP 03 毎日アプリの中でポイントを貯める

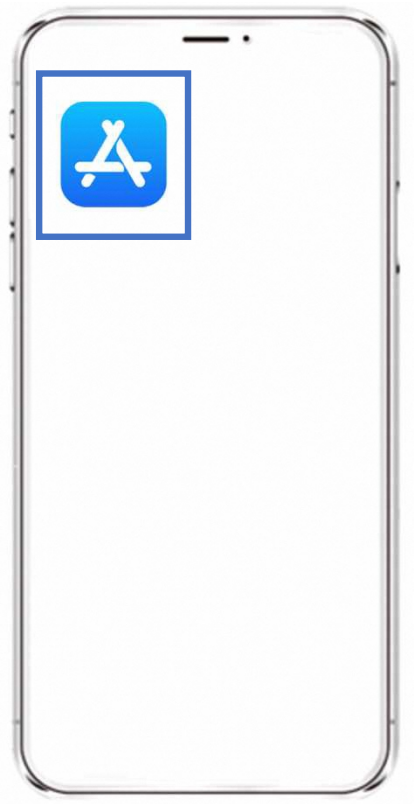
STEP 04 ポイントを交換し特典を受ける

STEP1-1.　アプリインストール

iOS

グッピーヘルスケアのインストール

①App Store起動



iPhoneのホーム画面から
「App Store」を起動

②アプリ検索

「App Store」内の検索欄で、
「グッピー ヘルスケア」を検索

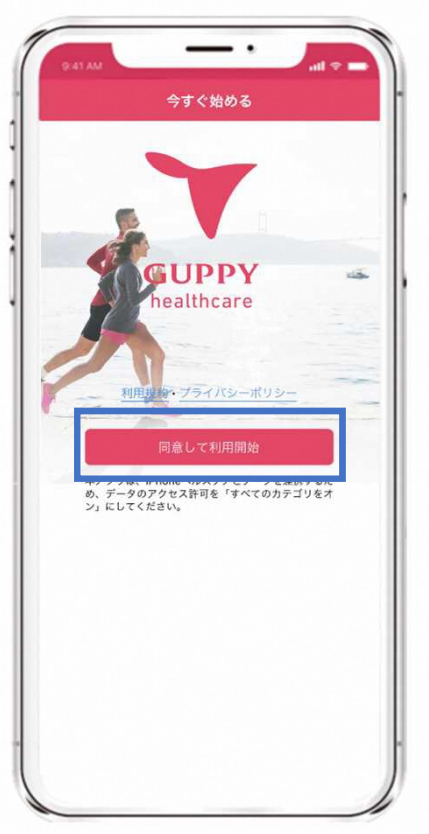
③インストール

［入手］をタップして
グッピーヘルスケアをインストール

STEP1-1.　アプリインストール

iOS

④グッピーヘルスケアを起動



利用規約・プライバシーポリシーを確認し、［同意して利用開始］をタップ

⑤ヘルスケアとの連携

［すべてのカテゴリをオン］を選択し、［許可］をタップ

アプリの
データ連携

iPhoneの場合、ヘルスケアから歩数・距離などを取得しているため、連携は必須です。

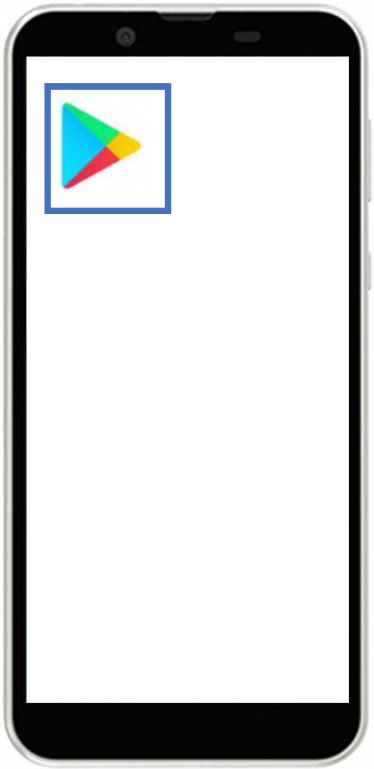
※その他のデータ（体重や体温など）についても、ヘルスケアと連携ができます。

STEP1-1.　アプリインストール

Android

Google Fitのインストール (Android端末の歩数計測に必要なアプリです。)

①Google Play Storeを起動



Androidのホーム画面から
「Google Play Store」を起動

②アプリ検索

画面上の検索タブより
「Google Fit」を検索

③インストール

「インストール」をタップ

STEP1-1.　アプリインストール

Android

Google Fitの設定

④Google Fit 起動

Androidのホーム画面から
インストールされた
「Google Fit」を起動

⑤Googleアカウント選択

グッピーヘルスケアで使用する
Googleアカウントを選択

⑥各種設定

プロフィール、位置情報の許可
などを初期設定を進める

⑦設定完了

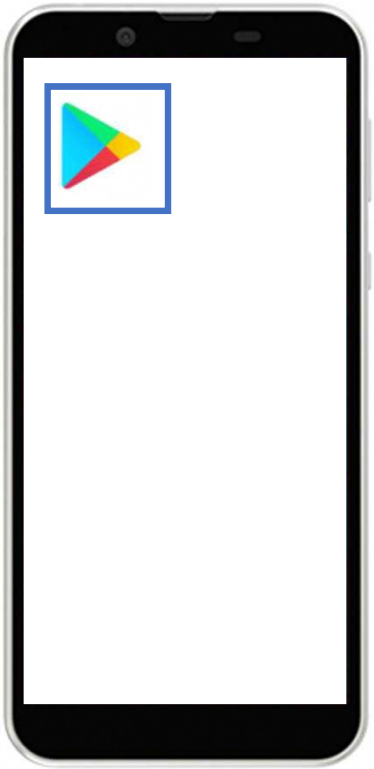
この画面まで移ると
初期設定が完了です

STEP1-1.　アプリインストール

Android

グッピーヘルスケアのインストール

①Google Play 起動



Androidのホーム画面から
「Google Play Store」を起動

②アプリ検索

画面上の検索タブより
「グッピーヘルスケア」を検索

③インストール

「インストール」をタップ

STEP1-1.　アプリインストール

Android

④グッピーヘルスケアを起動

利用するGoogleアカウントの選択

⑤アプリ起動画面

利用規約・プライバシーポリシー
を確認し［同意して利用開始］をタップ

⑤GoogleFitとの連携

右下の「許可」をタップし、
Google Fitと連携する

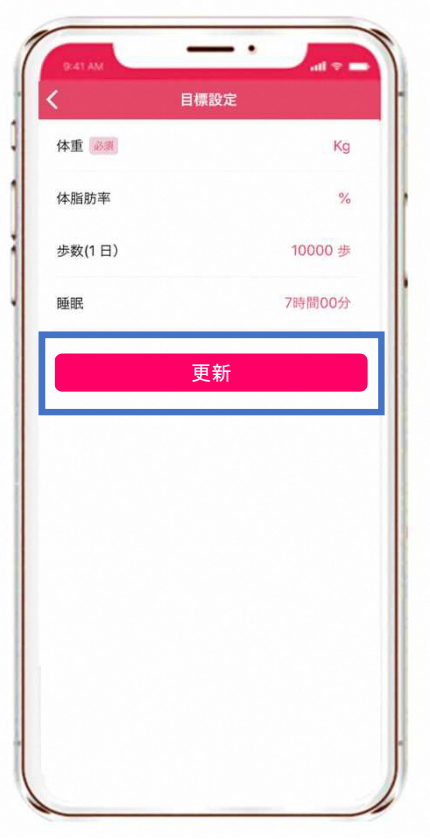
STEP1-2.　プロフィール登録

iOS　Android

①プロフィール登録

プロフィール項目を入力し、
［登録］をタップ

②目標設定



目標数値を入力し、
［更新］をタップ

③トップ画面

トップ画面に移ります

STEP2.　［新潟県］の追加

iOS　Android

①［+］ボタン

アプリ左上の
［+］ボタンをタップ

②［自治体］を選択

［自治体］をタップ

③［新潟県］選択

［新潟県］をタップ

④登録画面

お住まいの地域（市町村）
を選択し、
在勤状況を入力した後、
［追加する］をタップ

⑤新潟県ページ

画面上部の［新潟県］が追加。
［新潟県］ページに移ります。

STEP3.　ポイントを貯める

iOS　Android

行動と獲得ポイント

行動と獲得ポイント

アプリを起動/日	2pt
体重記録/日	2pt
3,000歩達成/日	4pt
4,000歩達成/日 ～9,000歩達成/日	2pt
10,000歩達成/日	4pt
エクササイズ動画視聴/日	2pt
血圧測定/日	2pt
ワークアウト （ランニング、ウォーキング、サイクリング）	各4pt
ラジオ体操動画視聴/日	4pt
イベントに参加/回	100pt
健康診断・人間ドック受診/月	100pt

▾ ポイント確認方法

※日ごとの獲得ポイントは、
ここから全て確認できます。

※当日の記録のみポイント反映されます

STEP3.　ポイントを貯める

iOS　Android

体重記録の方法

① ［体重］タブからの記録

体重・日付のタップで
編集できます。

② ［トップ］からの記録

体重のタップで
編集できます。

≪注意点≫

過去の体重を記録・編集する場合は①の手順です。

※②は当日の記録を想定しているため、日付編集は不可

歩数の確認方法

当日の歩数は、
トップ画面ですぐ確認できます。

≪歩数の取得について≫

iOSは[ヘルスケア]、
Androidは[Google Fit]から取得しています。

歩数の反映はデータ通信が走るアプリ起動時、もしくはリロード時（トップ画面で上から下へスワイプ）です。

画面を見たとき、本来より歩数が少ないと思った際は、上記をお試しください。

タップするとグラフの表示期間が変わります。

STEP3.　ポイントを貯める

iOS　Android

エクササイズ動画再生方法

動画が見終わりましたら、自動でポイントが追加されます。

［エクササイズ］のタブをタップすると900本以上の動画が無料で見られます。
カテゴリ別に分かれているため、お好きな動画を選んで見ることができます。

エクササイズカテゴリ

- ストレッチ
- ヨガ
- ピラティス
- 筋トレ
- ラン・ウォーク
- 格闘技系
- ダンス
- 体操・ご当地体操

STEP3.　ポイントを貯める

iOS　Android

血圧記録の方法

① ［健診］タブからの記録

血圧・日付のタップで
編集できます。

② ［トップ］からの記録

血圧のタップで
編集できます。

≪注意点≫

過去の血圧を記録・編集する場合は①の手順です。

※②は当日の記録を想定しているため、日付編集は不可

STEP3.　ポイントを貯める

iOS　Android

ワークアウト記録の方法

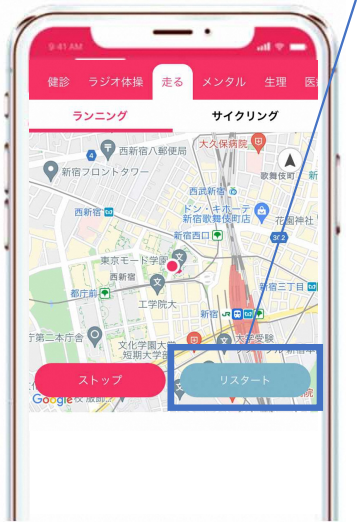
※ウォーキング、ランニング、サイクリング同様

［する］タップ後、記録されます

［リスタート］されます

記録をするとポイント付与されます

［一時停止］後、
［リスタート］より再開できます。



≪注意点≫

基準：10分以上または2km以上、かつ速さ1kmあたり15分以上（時速4km）

上記の基準を満たしていないと、ポイント付与はされません。

STEP3.　ポイントを貯める

iOS　Android

ラジオ体操再生方法

動画が見終わりましたら、自動でポイントが追加されます。

［ラジオ体操］のタブをタップし、
「他の動画に変更」から、他動画も選ぶことができます。

カテゴリ

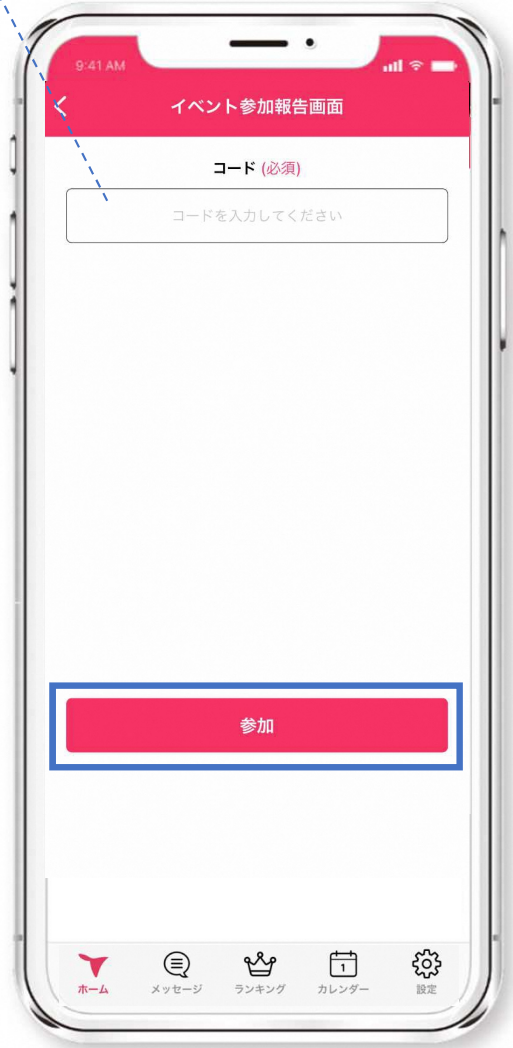
- グッピー
- 自治体
- 企業
- アスリート
- 個人・家族・グループ

STEP3.　ポイントを貯める

iOS　Android

イベント参加後のコード入力

イベント参加時に新潟県からアナウンスがあります。
入力するイベントコードはイベント毎に異なります。



100pt 獲得