

アプリ利用開始の流れ

下記の2つのアプリをダウンロードし、各機能の初期設定をします。



「フレポ登録・歩数」
アプリをダウンロードして、
参加者登録をする



「フレポ&見守り」
アプリをダウンロード



**各機能の
初期設定をする**

初期設定	初期設定 「フレポ登録・歩数」のダウンロード	02
	初期設定 参加者登録	02
	初期設定 「フレポ&見守り」のダウンロードと設定	03
基本操作	基本操作 けんこう	04
	基本操作 みまもり	05
	基本操作 ウォーキング	05
みまもり	みまもり 設定(初回のみ)	06
	みまもり 家族や友人を支援者として追加する	07
	みまもり 依頼を受けた人が支援者になる	07
ポイント交換	ポイント交換 dポイント連携	08

名古屋市フレポ&見守り事務局 **03-4333-4016**

営業時間 月～金 9:00～17:00(土日祝日、年末年始はお休み)

メール nagoya-frail@kenko-mileage.docomo.ne.jp

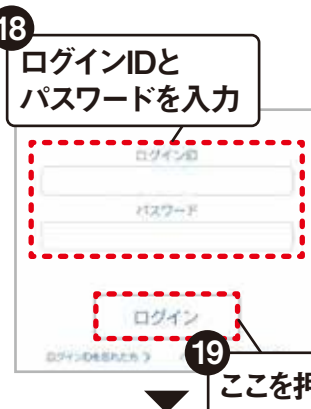
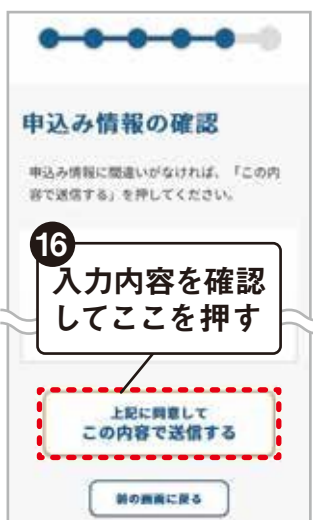
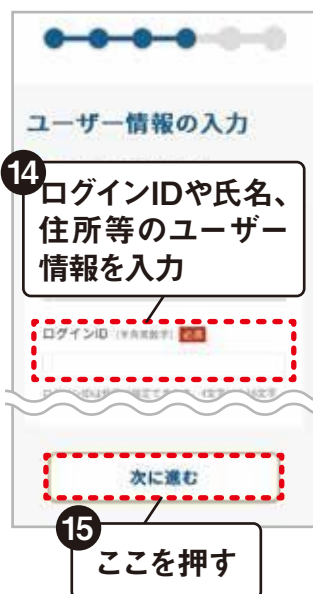
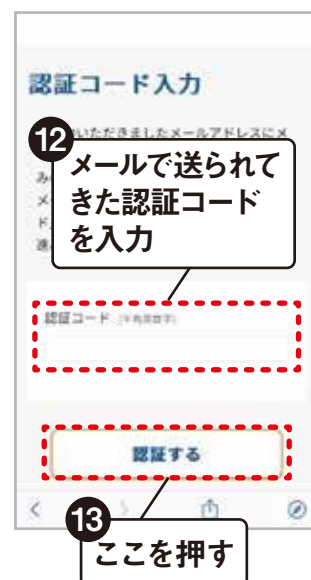
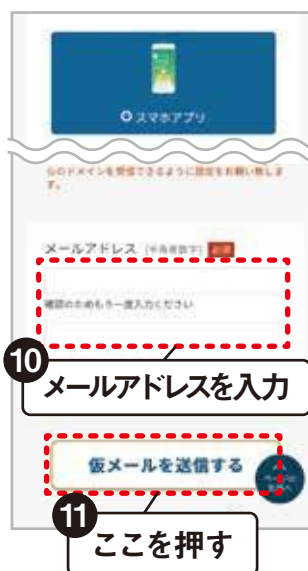
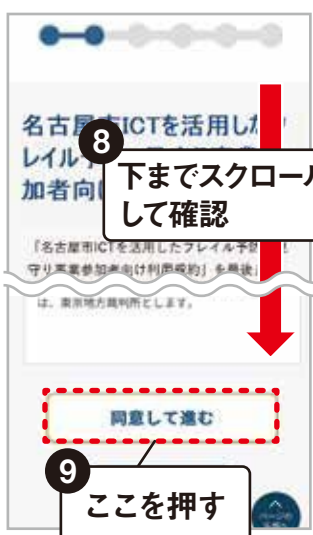
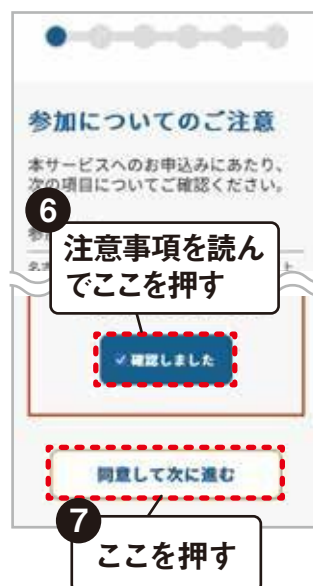
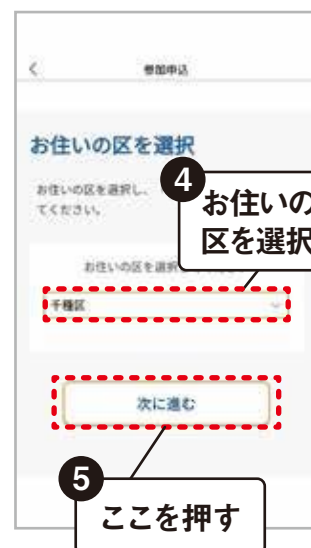
初期設定 | 「フレポ登録・歩数」のダウンロード、参加者登録

1 スマートフォンで以下の二次元バーコードを読み取るか、または、App Store、Google Playで「フレポ登録」と検索して「フレポ登録・歩数」アプリをダウンロードしてください。

Androidの方 iPhoneの方



2 アプリをダウンロードすると位置情報やデータへのアクセス許可を求める画面が表示されますので、すべて「許可」を押してください。



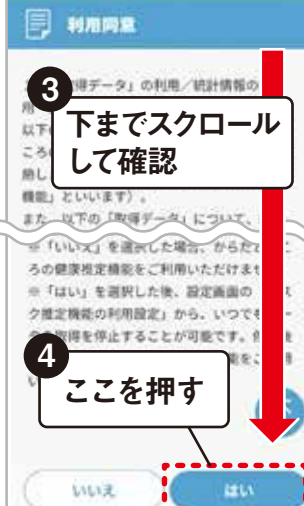
初期設定 | 「フレポ&見守り」のダウンロードと設定



1 ここを押す

2 Google Play ストアまたはApp Storeの「フレポ&見守り」アプリの画面で「入手」または「インストール」を押してアプリをダウンロードする。次に「開く」を押す。

■ **iPhoneのみ**
プッシュ通知の許可を求める画面が表示されますので、「許可」を押す。



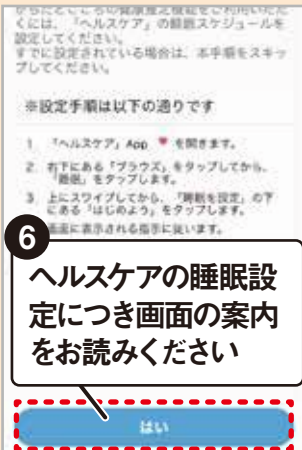
3 下までスクロールして確認

4 ここを押す

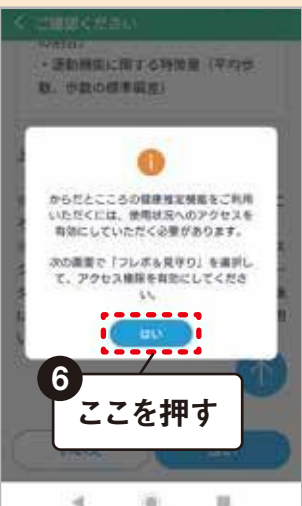
5 位置情報等のアクセス許可を求める画面が表示されますので、「許可」を押します。

注意 | iPhoneのみ

6 **ヘルスケアの睡眠設定につき画面の案内をお読みください**



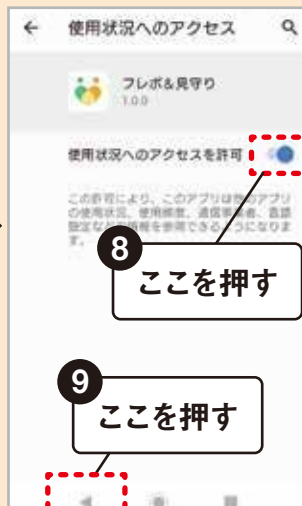
注意 | Androidのみ操作が必要です



6 ここを押す



7 ここを押す



8 ここを押す

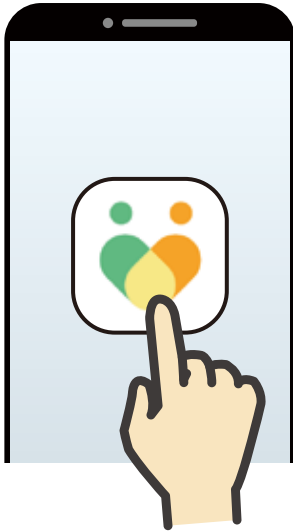
9 ここを押す



10 ここを押す

基本操作 | けんこう

「フレポ&見守り」のアイコンを押して、アプリを起動してください



マニュアルの確認や各種設定ができます

健康に導くアドバイスが毎日届きます

けんこう度合いをチェック!

グラフで判定結果の推移も確認!

ポイント

現在のポイントの状況や履歴を表示します。

ミッション

体操動画やフレイル情報など、ポイントゲットのためのミッションが表示されます。



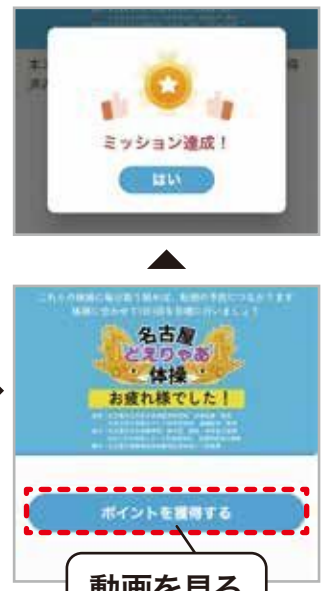
現在保有しているポイント数を表示

交換済みのポイント数を表示

dポイント交換は、ここから連携設定します
→詳細は8ページ目をご確認ください



チャレンジするミッションを押す



動画を見る

基本操作 | みまもり

みまもりの初回表示には設定が必要です。6ページ目の「みまもり | 設定(初回のみ)」をご確認ください。



近くの通いの場が表示されます

支援者や見守り先が表示されます

支援者を追加できます
→詳細は6ページ目をご確認ください

通いの場の参加ポイントの獲得
通いの場で、ここを押して、二次元バーコードを読み取ると、ポイントを獲得できます

二次元バーコードを水色枠の中に映るようにする

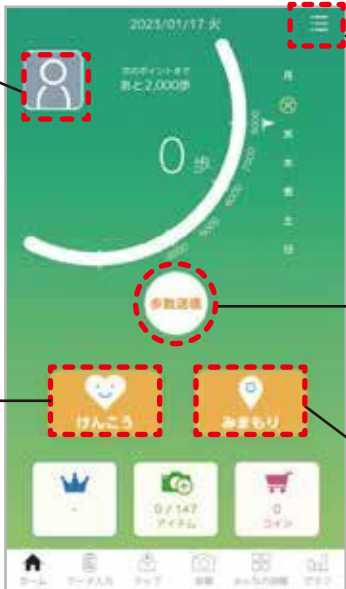
ここを押す

通いの場検索
通いの場の名前や場所、住所を入力し「検索」を押す

確認したい「通いの場」を押すと詳細情報が表示される



基本操作 | ウォーキング



登録内容の確認・編集ができます

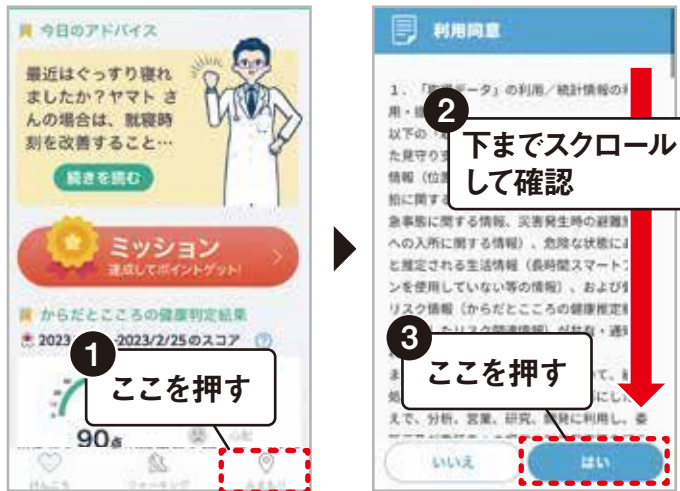
マニュアルの確認や各種設定ができます

けんこうへ

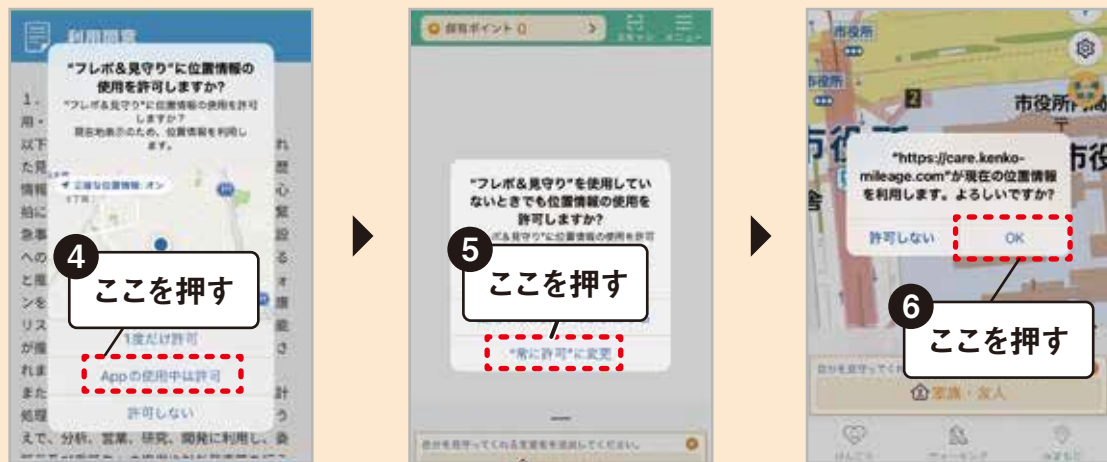
ここを押して歩数を送信する。1日の歩数に応じたポイントが獲得できる。
※ボタンを押さないと歩数は送信されません。ご注意ください。

みまもりへ

みまもり | 設定(初回のみ)

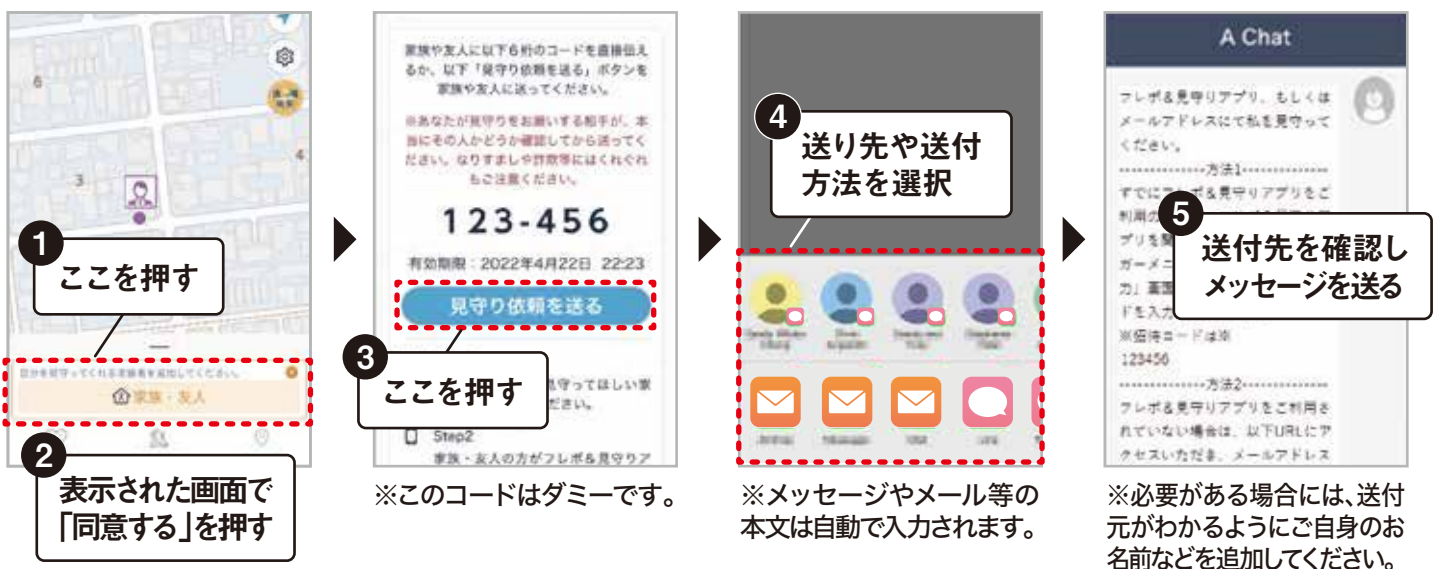


注意 | iPhoneのみ操作が必要です



見守られる側 | みまもり | 家族や友人を支援者として追加する

※みまもりの見守られる側の利用は65歳以上の方に限ります。



見守る側 みまもり | 依頼を受けた人が支援者になる

方法 ① | アプリで見守る

- 24時間以上歩数0歩の場合などにアプリ内で通知を受け取れます。
- アプリ上で位置情報等を共有できます。

※2～3Pを参考にアプリをダウンロードして設定をしてください。
※アプリの利用は40歳以上の方に限ります。

方法 ② | メールで見守る

- 24時間以上歩数0歩の場合などにメールで通知を受け取れます。
- ※年齢等の制限はありません。

方法 ① | アプリで見守る

1 メッセージを受領し、招待コードをコピーするか覚えておく

2 アプリを開き、右上のメニューを押す

3 ここを押す

4 表示された画面で「同意する」を押す

5 ①でコピーした場合はここを押す
直接入力も可能

6 認証成功が表示されたら完了

7 見守り先が青色で表示されます

見守られる人の画面

支援者がオレンジ色で表示されます

方法 ② | メールで見守る

1 ここを押す

2 登録するメールアドレスを入力

3 ここを押す

4 送信完了後、届いたメールを開く

5 メール本文記載のリンクを押す

6 認証成功が表示されたら完了

ポイント交換 | dポイント連携

アプリ内のポイントはdポイントに交換できます。交換するためには、dポイント連携が必要です。
dアカウントを持っていない場合は、新規にアカウントを作成する必要があります。
dポイント連携をすると、翌月以降、ためたポイントがdポイントに自動で交換されます。

1 ここを押す

2 ここを押す

3 dアカウントを持っていない場合ここを押す

3 dアカウントを持っている場合ここを押す

4 dアカウントを作成して①から再開

4 ここを押す

5 認証コードが届くので確認

6 「フレポ&見守り」アプリに戻って、認証コードを入力

7 ここを押す

8 dアカウントのIDを入力、パスワードの入力や2段階認証等をする
※設定により異なります。

9 ここを押す

10 ここを押す

11 連携完了!
連携設定後は、翌月以降、ためたポイントがdポイントに自動で交換されます。操作は不要です。