

## 健康増進アプリ『QOLism』利用による 健保組合主催ウォーキングイベントを開催します

昨年に続き本年もウォーキングイベントを実施致します。  
この機会でのアプリ新規登録を含め、多くの方の参加をお待ちしております。  
被扶養者（ご家族）の方にもお伝えいただき、ふるってご参加下さい。

- **対象者** 川崎汽船健康保険組合被保険者（ご本人）及び20歳以上の被保険者（ご家族）
- **期間** 2025年10月1日(水) から 10月31日(金)まで [31日間]
- **実施要領** 健康増進アプリ『QOLism』にて 期間中の歩数を記録  
期間中の1日当たり平均歩数 8,000歩（31日間累計248,000歩）以上 達成を目指す  
**註）目標達成を目指すものであり、歩数自体の多寡を競うものではありません**  
達成者の中から抽選にて30名にQUOカード 500円分を進呈（贈呈）

- **参加方法** QOLismアプリ登録後（登録済の方は不要）、ホーム画面より参加エントリー  
登録・エントリー方法：添付別紙ご参照

スマホ内歩数記録アプリ（iPhone：ヘルスケア／Android：Google Fit）と連携している他、  
各種ウェアラブルデバイス（Fitbit, SUUNTO, LANCEBAND等）と連携可能。  
保存されている過去の歩数データ（10/1以降）を、QOLismアプリに連携すれば当イベントにも  
データ反映可能な為、最終日前日（10/30）までエントリー可。  
**歩数データは、毎日05：00時点で集計され、[アプリ起動により更新されます。](#)**

- **データ参照** 個人累計歩数及びランキングは、アプリ画面にて参照可（ニックネーム表示）  
平均歩数は、【累計歩数÷10/1以降の日数】にて算出ください

◇ アプリ登録・操作・イベント詳細等のお問い合わせ先：QOLeAD社ヘルプデスク < [qolism.info@qolead.com](mailto:qolism.info@qolead.com) >

- 添付)
- ①ウォーキングイベント案内
  - ②イベント参加方法
  - ③期間中の歩数データ確認

以 上

川崎汽船健康保険組合主催！

# 秋のウォーキングイベント



開催期間

10月1日(水) ▶ 10月31日(金)

エントリー期間

9月17日(水) ▶ 10月30日(木)

毎年恒例の秋のウォーキング大会が始まります！  
イベント期間中の平均歩数が8,000歩（累計歩数248,000歩）以上  
達成した方から抽選で30名に  
**QUOカード500円分**をプレゼントします♪  
是非ご参加ください！



## エントリー方法

- 1 アプリホームの「歩数イベント」ボタンをタップ
- 2 イベント一覧から該当のイベントをタップ  
※個人戦・チーム戦ともに参加する場合は、それぞれへのエントリーが必要です。
- 3 「参加する」をタップ



動画で解説

## アプリ登録方法

登録前にご準備いただくもの ■健康保険証（健康保険証が交付されていない場合は、「資格情報のお知らせ等」または「マイポータル」の健康保険証内の資格情報）をご確認ください。



QRコードの読み取り、またはアプリストアで「QOLism」と検索し、アプリをインストール。

- 1 「新規登録」をタップして、利用規約に同意
- 2 メールアドレスとパスワードを設定
- 3 団体コード 06138101 を入力
- 4 ユーザー情報（必須項目）を入力  
健康保険証番号、資格区分など  
※姓(漢字)、名(漢字)、担当者コードの入力は不要
- 5 ニックネーム・歩数の同期方法などを設定



動画で解説

登録完了！  
使ってみよう！



# ウォーキングイベント参加方法



## 参加方法



ホーム画面のスニーカーアイコンを  
タップしてイベントページへ  
参加するイベントのバナーをタップ

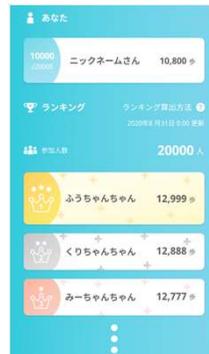


全て表示  
イベントの詳細・実施期間・ルール・注意事項  
を確認することができます

途中からアプリ登録・イベント参加をしても、  
イベント開催初日まで  
遡って集計されるから  
安心ですね♪



## ランキング算出方法



イベントでは累計歩数のランキングが表示されます  
※当イベントは歩数の大小・順位を競うものではありません



累計歩数とは？  
イベント期間中に歩  
いた全ての歩数



ランキングの更新はいつ？  
1日に1回更新されます



集計対象は？  
アプリに連携されている  
期間中の歩数

# イベント期間の歩数確認方法



ホーム画面のスニーカーアイコンを  
タップしてイベントページへ  
参加するイベントのバナーをタップ

表示されるデータは  
・イベント初日からの累計歩数  
・QOLismアプリに登録されたニックネーム



下にスクロールするとランキングが表示されます  
※全参加者中の順位・歩数が表示されますが、これを競うものではありません

