

保健指導用アプリ 設定マニュアル Android版

スマートフォンに保健指導で使う **2つのアプリを設定**します。
メール記載のIDおよびパスワードと、ご自身のスマートフォンをご用意ください。

【設定する2つのアプリ】

① ラインワークス (LINEWORKS)



ラインの法人版
管理栄養士との
やりとりに使用

② ヘルスプレイヤー (Health Player)



健康データの入力や
計測値の表示に使用

ラインワークスの設定



1.Androidで「ラインワークス **W**」をインストール

Androidの「Playストア」からインストールする



①「Playストア」を押す



②上の🔍検索枠で「lineworks」で検索
(ラインワークスも可)



③「インストール」を押す

QRコード読み取りが可能
な方は、右のQRコードから
アプリ取得ができます。



2.ラインワークス ログイン

ログインに使用する**IDとパスワード**が、
お送りしたメールに記載されています。
確認して入力してください

①「ラインワークス」の
マークを押す



②画面が変わったら
「ログイン」を押す



③★部分を押し、**ID**を入力
(例 : thsxxxxx@sms)
先に入力済の文字は
無視して、入力
入力後、「ログイン」を押す

★id@companyまたはID@groupの
薄い灰色の文字の上を指でタッチすると
文字入力ができるようになります



④「パスワード」を
入力し、
「ログイン」を押す



3.ラインワークス パスワードの再設定

新しいパスワードを
作成し変更



新しいパスワードを
入力

①ご自身で覚えやすい
英数字混じりの
8文字以上の
同じパスワードを
上下に入力

②パスワード変更を
押す

③パスワード欄に
設定した新パスワードを
入力し、ログインを押す

4.ラインワークス 通知設定のお願い

通知（メッセージのお知らせ機能）を「オン」にします

①右下のマークを押す

②右上の「設定（歯車）」を押す

③「通知設定」を押す

④通知を「許可」にする
※トーク通知が「オン」になっているかご確認ください

5.ラインワークス 管理栄養士とのやりとり方法

トークルームに初回ログイン後、事務局より3営業日以内にメッセージを送付しますので、ご返信をお願い致します

〈トークルーム画面〉



①作成済の専用グループを押す
※例【00xths00000】



〈トークルーム内の画面〉



②「メッセージを入力」の薄い文字を押すと、文字の入力が可能

※機種によっては「メッセージを入力」と表示されない場合もあります
その場合も赤枠で示す部分を押すと文字入力ができます

③初回面談の希望日を入力し送信

日程は、設定日（本日）より7営業日以降での、月～金（土曜日は要相談）の8時-19時の間で3つ候補日を送ってください。

※初回面談はお時間は、**30～40分程度**です。
※ご返信には、1～2営業日いただきます（土日・祝含まない）

※専用グループは、スーパーバイザー・担当の管理栄養士(1～2名)で作成。

面談の日程調整等で、管理栄養士が入れ替わる場合がございます

ヘルスプレイヤーの設定



1.Androidで「ヘルスプレイヤー」」をインストール

Androidの「Playストア」からインストールする

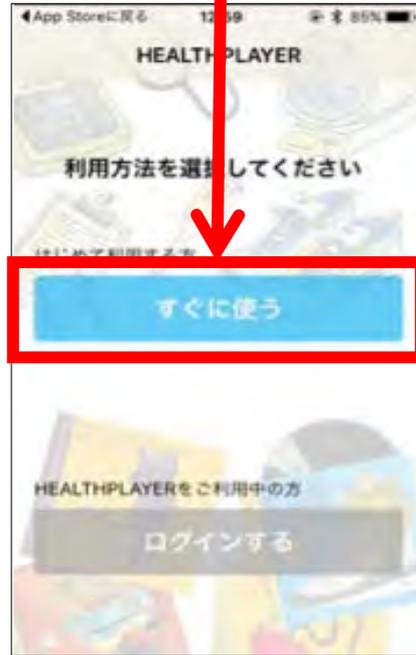


2.ヘルスプレイヤーの初期設定

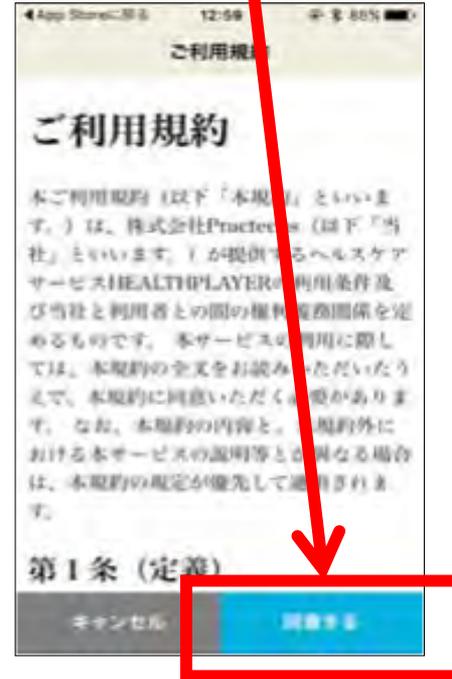
- ①通知の許可
"許可"を押す
※「全てを許可しますか？」と出てもOKを押す



- ②利用方法の
"すぐに使う"を押す



- ③利用規約を確認し
"同意する"を押す



- ④モーションと
フィットネス
"OK"を押す



通知は
歩数目標達成等に
お知らせする為、許可しない
でも問題ありません

機種やOS (ソフト) のバージョンで、表示の順番や画面が
変わります。不明な場合はお問い合わせください

3.ヘルスプレイヤー 情報の登録を行う

①以下の情報を入力する

1) 生まれた年、身長、性別、体重を入力

2) 主な使用目的を押して
ご自身で目的を選択

3) 内蔵歩数・活動量計の使用を
押し、**使用するを選択**

4) 位置情報を押して
使用しないを選択

5) **対象記録データ**を押して
そのまま**右上の“登録”**を押す

②全ての
入力完了後
完了を押す



4. データ連携を行う 1/2

① **赤枠**部分を
左へスライドさせる



② **"コンテンツ"**を
押す



③ 下にスクロールし
"データを開示する"を
押す



4. データ連携を行う 2/2

④ サービス事業者コードの
1NmZkNjc (半角)
を入力し「OK」を押す
サービス事業者コードの
詳細は次ページ参照

⑤ 上下2つの欄に
同じIDを入力。
ラインワークスの設定に使用した
ID (ths00000) を入力し、
「OK」を押す
※サービス事業者コードを
入力しないでください

⑥ 「同意する」
を押す

⑦ 「データ開示に
成功しました」と
出れば完了。
左上の<戻る>を押す



上下に
同じIDを
入れないと
エラーが出ます



ヘルスプレイヤー サービス事業者コード詳細

コードは下記を入力してください

全て半角英数でスペースを入れず入力してください

数字の1 ↓
小文字 ↓
小文字 ↓
小文字 ↓
小文字 ↓
大文字 ↑
大文字 ↑
大文字 ↑
小文字 ↑

1Nmzknjc

IDは、ラインワークスのログインIDである

thsxxxxx@sms などをご入力ください (XXXXXXは個人毎に違う数字です)

5. ニックネームを設定する

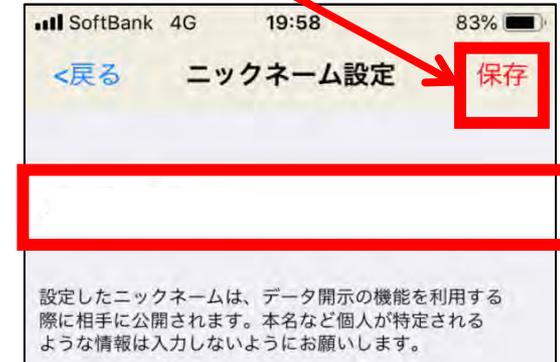
① **設定**  **ボタン**を
押す



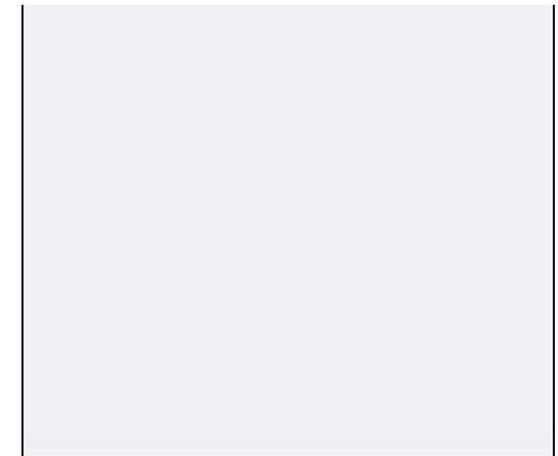
② 「**ニックネーム
設定**」を押す



③ お好きなニックネームを
入力し**保存**を押す



※本名は入れないでください



以上で、ラインワークスとヘルスプレイヤーの初期設定は終了です。

次ページ以降は、アプリの操作方法に関するご説明となります。

サービス開始準備 ステップ1 体重の記録 1/2

サービス開始までに、体重の記録方法などを以下に従って、ご準備ください

①ヘルスプレイヤーを押し起動



②ヘルスログに合わせる



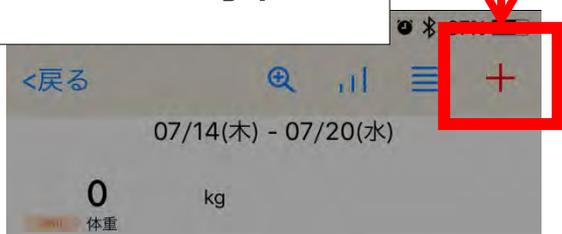
③体重の部分を押す

※測定タイミングは可能な範囲で同じ時間帯にお願いします

おすすめの体重測定のタイミングは起床してトイレに行った後すぐです

サービス開始準備 ステップ2 体重の記録 2/2

①開いた画面の
「+」のボタンを押す



②表示される
"手入力"のボタンを
押す



③"手入力"を押すと
右上の画面になります

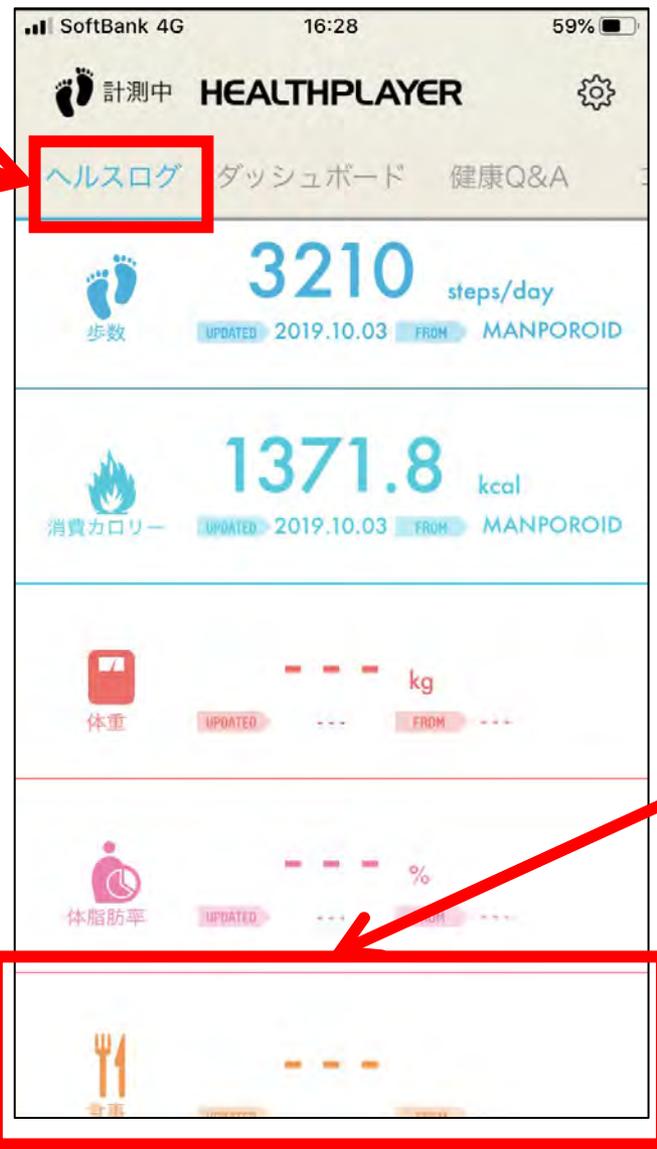
- 計測日
- 体重 を入力



④入力が終わったら
"保存"を押す
※体脂肪率は
任意入力です

サービス開始準備 ステップ3 食事の記録 1/3

① "ヘルスログ"画面
に戻ります



②左の画面が
表示されたら
食事の部分を押す

サービス開始準備 ステップ4 食事の記録 2/3

①開いた画面の「+」のボタンを押す



③“カメラを起動する”か、“写真を選択する”かを選択できます
撮影の場合は「カメラを起動する」を選び
食事を撮影する

②黄色のカメラの画像を押す



サービス開始準備 ステップ5 食事の記録 3/3

① 食事写真を
撮影し終わったら、
食事日を押し、
日付を入力

SoftBank 16:35 28%
食事一覧 食事入力 登録

食事日 2016/07/20(水) 12:35 >
摂取カロリー(kcal) 0000
コメント

② 右上の“登録”を押す
※登録を押さないと
記録されませんので
ご注意ください

コメントも入れられます
食事の品名や
分量なども入力して
みてください

※会食など、記録がご負担な時は、無理せず可能な範囲で結構です
飲み会などで品数が複数の時は、コメントに品名を入れて、代表的な写真を送信ください
例) ビール5杯、ホッケ、まぐろの刺身、お茶漬、漬物
撮影が難しい場合は、テキスト入力のみでも大丈夫です

サービス開始準備 終了報告

記録ができましたら、ラインワークスの
トークルーム“〇〇xths〇〇〇〇〇〇”にて、

1回目のみ「トライアル終了」と

チャットしてください

※チャットグループの〇には皆さん

それぞれ違う数字が入ります

例：11xths00012など



体重・食事の記録は毎日が理想ですが、
記録の頻度は担当の管理栄養士と相談して
進めてください※スタート直後は多めに入力してください

補足：初回面談時のラインワークスの受信方法

初回面談では、原則として、ラインワークスの**ビデオ通話**を使用します
担当管理栄養士よりビデオ電話がかかります。下記を参考に応答してください



ここをタップすると
通話が始まります。
充電された状態で
対応ください



よくある質問集

お問合せの多いご質問と、回答を掲載しております。ご参照ください

質問①：スマートフォン以外でサービスを受けることは可能ですか？

回答①：健康保険組合様ごとに、ご用意している方法が異なります。
ご所属の健康保険組合様もしくは事務局までお問合せください。

質問②：ビデオ通話等の通信料はどのくらいかかりますか？

回答②：約100～200円程度ほどかかると想定しており、初回面談実施後に
Amazonギフトコードをお送りさせていただいております。

質問③：アプリの使用料金はかかりますか？

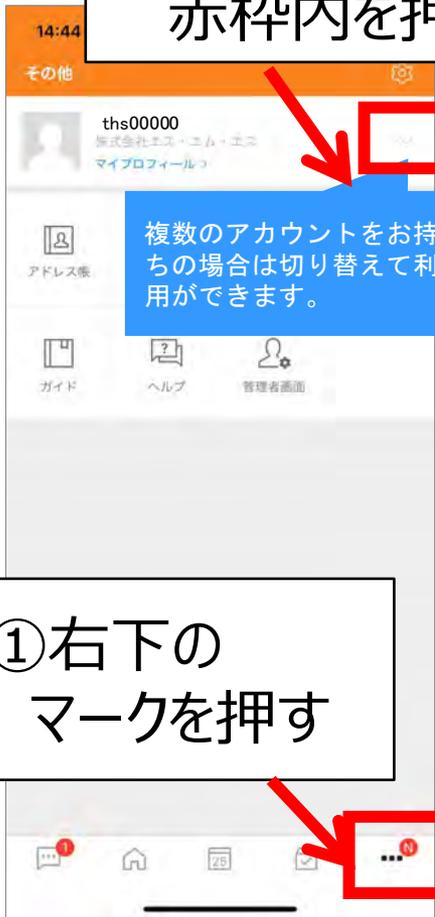
回答③：使用料金はかかりません。無料です。

質問④：会社で既にラインワークスを使用している場合はどうしたらいいですか？

回答④：P.25の「既にラインワークスをご利用の場合」をご参照ください。

既にラインワークスをご利用の場合は、 以下の手順で新たにアカウントを追加することができます

②青色の表示後に
赤枠内を押す



①右下の
マークを押す



③「他のアカウントを
追加する」を押す



④事務局よりご送付の
アカウントを
赤枠内に入力し、
ログインを押す

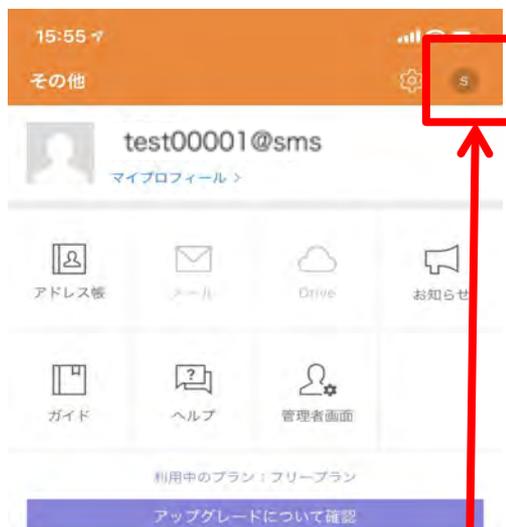


複数アカウントの追加・切り替え方法

アカウントの切り替え



⑤パスワード欄にご自身で設定したパスワードを入力し、ログインを押す



複数アカウント使用時は設定画面の右上に上記のようなマークが出るのでタップ
(表示される文字はアカウント名によって異なります。)



使用するアカウントを選択

別のアカウントを使用している場合、もう一方にチャットが来た場合は通知されます

* 1度ログアウトしたアカウントに切替時、パスワードの入力が1度だけ必要になります。

保健指導事務局 お問い合わせ先について

株式会社エス・エム・エス 保健指導事務局

メールアドレス：**ml.sms.hokensidou@bm-sms.co.jp**
(土日祝にいただいたメールは翌営業日以降に返信させていただきます)

※新型コロナウイルスの感染防止策として出社制限を実施しておりますため、電話でのお問い合わせ対応を一時休止しております。

ご面倒をおかけしますが、ご不明点がございましたらメールにてお問い合わせください。