

1. ウォークラリーイベント開催期間中について

【参加方法について】

1. ヘルスアップWebへ歩数を送信するために、**歩数計またはアプリの設定が完了している必要**がございます。
まだ設定していない場合は、**歩け歩け運動連携ユーザーガイド**をご参照の上、連携してください。
2. イベント開催期間中は、
無理なくご自身のペースでウォーキングを楽しみましょう！
※ウォーキングする際は歩数計、もしくは設定したスマートフォン端末をお忘れなく♪
3. **ウォーキングをした後は、ヘルスアップWebへ歩数送信**を行ってください。
▼以下ガイドより、ご自身が歩け歩け運動に設定をした端末に該当するページをご確認の上、P17「ヘルスアップWebへの歩数データ反映の確認」をご覧ください。

[歩け歩け運動連携ユーザーガイドはこちら](#)

チーム対抗ウォークラリーでは以下の機能でメンバーの皆さんとコミュニケーションを楽しむことができます♪



ランキング機能
P2～4

掲示板機能
P5



2. ランキング機能 (1)

チームのランキングをチェックして、メンバーで盛り上がりましょう!

(1)ヘルスアップWebにアクセスし、ログインします。

<https://phrcloud.blp.co.jp/KM/Personal/00/P000S01.aspx>



ログインIDとパスワードを入力して、ログインします。

【ログインID】

被保険者の場合：『保険証記号+保険証番号』

被扶養者の場合：『保険証記号+保険証番号+2桁の数字』

【初期パスワード】： 生年月日（8桁）

(例) 被保険者ID：保険証記号133、保険証番号1234の場合

→ 「1331234」

被扶養者ID：保険証記号133、保険証番号1234の場合

→ 「133123401」

パスワード：2015年1月1日生まれの場合 → 「20150101」

・任意継続や再雇用などにより、保険証の記号番号は変わりますが、ログインIDは変わりません。

・ログインID・パスワードが不明な方は「ログインID/パスワードを忘れた方はこちら」から再発行（初期化）申請をお願いします。

よくある質問 (Q&A)、パソコンの設定方法を参照できます。

(2)左上の「MENU」をクリックし、「参加状況の詳細」をクリックしてください。

(3)表示された「チームの参加状況」ページの「チーム対抗ランキング」をクリックしてください。

2. ランキング機能 (2)

チーム対抗ランキング

チーム対抗 チーム内

総合 デイリー 週間 月間

チームの記録

ランキング	前回のランキング	歩数	チーム名
19	-	8,846.25	チーム010 (0UDQAY)

ランキング

自分のチームのランク
ページを表示

No	ランキング	前回のランキング	歩数	チーム名
1	1👑	-	22,753.15	チーム030 (MNZARC)
2	2👑	-	20,345.00	チーム029 (HA3HS2)
3	3👑	-	14,789.33	チーム028 (KL6CEY)

ランキング項目の詳細について

- ・「総合」 : 閲覧時点での、**イベント開始時点からの**ランキング
- ・「デイリー」 : 閲覧時点での、**対象日**におけるランキング
- ・「週間」 : 閲覧時点での、**対象週** (月曜～) におけるランキング
- ・「月間」 : 閲覧時点での、**対象月** (1日～) におけるランキング

チーム対抗・・・自分が参加している**チームのランキング**。
ウォークラリーイベントに参加している全チームが対象。

チーム内・・・**チーム内のメンバー個人**のランキング。
自分が参加しているチーム内のメンバー個人が対象。

※「チーム対抗」のランキングはすべて、
選択項目 (総、日、週、月) 期間の
チームメンバー合計歩数 ÷ 選択項目の期間 ÷ 人数で順位を決めています。

※「チーム内」のランキングはすべて、
選択項目 (総、日、週、月) 期間のチーム内の、メンバー個人の合計歩数 ÷ 選択項目の期間で
順位を決めています。

※ (すべての選択項目期間が) 閲覧している日の前日までの集計数値がランキング表示されます。

閲覧方法

まず、ページに表示されるランキングは「**チーム対抗**」の「**総合**」**ランキング**です。

ページ右下の「**自分のチームのランクページを表示**」をクリックすると、
自分のチームがランクインしている順位が含まれるページが表示されます。

※ランキングは20チームごとの表示です。

【ランキングの詳細を閲覧する方法について】

- ・チーム対抗 総合 : 「チーム対抗」クリック後に「総合」クリック
- ・チーム対抗 デイリー : 「チーム対抗」クリック後に「デイリー」クリック
- ・チーム対抗 週間 : 「チーム対抗」クリック後に「週間」クリック
- ・チーム対抗 月間 : 「チーム対抗」クリック後に「月間」クリック

- ・チーム内 総合 : 「チーム内」クリック後に「総合」クリック
- ・チーム内 デイリー : 「チーム内」クリック後に「デイリー」クリック
- ・チーム内 週間 : 「チーム内」クリック後に「週間」クリック
- ・チーム内 月間 : 「チーム内」クリック後に「月間」クリック

注意事項

※**最終的な結果を決めるランキングは、**
イベント終了後、健保ホームページにて発表させていただきます。

2. ランキング機能 (3)

以下のページでもランキングの確認は可能です。

1. ヘルスアップWeb ページ右下

ヘルスアップWebにログインすると、ページ右下にランキングが表示されます。

「日」(日別)「週」(週間)「月」(月間)「総」(総合)の各ボタンをクリックすると、それぞれの期間のランキングが表示されます。

※各ランキング項目の詳細については、P3を参照してください。

The screenshot shows the 'Health Up Web' interface. The top navigation bar includes 'ヘルスアップWeb', 'HOME', '健康情報', '健康増進', and 'チーム対抗ラリー'. The main content area is titled '健康記録 > 健診結果 > 健診結果リスク表示'. A sidebar on the right contains '健康ポイント' (0 pt) and '参加状況のランキング' (8,846.25 steps, 19th/19 teams). The ranking section is highlighted with a red box, showing filters for '日' (Daily), '週' (Weekly), '月' (Monthly), and '総' (Total). Below the ranking, there are buttons for '参加状況の詳細' and '日 週 月 総'.

2. ヘルスアップWeb メニューページ

ヘルスアップWebにログイン後、左上の「MENU」ボタンをクリックすると表示される、メニューページでもランキングは閲覧できます。

※操作方法については上記「1. ヘルスアップWebページ右下」と同様です。

The screenshot shows the 'Health Up Web' menu page. The top navigation bar includes 'ヘルスアップWeb', 'HOME', '健康情報', '健康増進', and 'チーム対抗ラリー'. The 'MENU' button is highlighted with a red box. The main content area is divided into several sections: 'お問い合わせ', 'チーム対抗ウォーキングラリー', '新着情報', and '健康ポイント'. The 'チーム対抗ウォーキングラリー' section is highlighted with a red box, showing 'チーム対抗ランキング' (2020年度, チーム: チーム010, 8,846.25 steps, 19th/24 teams). Below the ranking, there are buttons for '参加状況の詳細' and '日 週 月 総'.

3. 掲示板機能

メンバー同士**コメント**を投稿し、近況確認や励ましあいを行うことが可能です♪

(1) 「チームの参加状況」ページの「チーム内掲示板」をクリックしてください。

チームの参加状況

歩け歩け運動

チーム対抗イベント期間 20XX/XX/XX~20XX/ XX/XX

チーム申込期間 20XX/XX/XX~20XX/ XX/XX

チームID : WO4I7L
チーム名 : おむすび

チーム紹介文

こんにちは！よろしくね！

メンバー 4 / 10 ★=オーナー

氏名カナ	最終ログイン
★スズキタロウ	20XX/XX/XX XX:XX
ヤマモトハナコ	20XX/XX/XX XX:XX
サトウジロウ	20XX/XX/XX XX:XX
スズキサブロウ	20XX/XX/XX XX:XX

チーム対抗ランキング

チーム内掲示板

▼掲示板

チームID : WO4I7L
おむすび

コメント (最大150文字 ' < > | は入力できません)

※本掲示板の利用規約

18件中 1-10件目

2020/09/	スズキタロウ	削除
がんばろうね！		
2020/09/09 10:44:08	スズキタロウ	削除
いいわ		

コメントを入力し「登録」をクリック。

自分のコメントは削除が可能です。