

WellGo利用マニュアル

～アカウント登録から利用方法まで～



目次

- アカウント登録
 - iPhone版 . . . P3
 - Android版 . . . P8
 - Webブラウザ登録 . . . P14
- ベネフィット . . . P24
- お問い合わせ先 . . . P32

iPhone版



インストール方法 (iPhone版)

1 AppStore から WellGo をインストール



*** 1**
WellGoではなくヘルスケアの
距離・歩数計測に関係します。
会社に位置情報が把握される
類のものではありません。

*** 2**
フォトイベントには参加するが
歩数等は連携したくない方はオフ。
(7)でヘルスケアと連携を選択
しても反映されません。

2 アプリを開く



3 位置情報を許可 この画面がでない場合は5へ



4 すべてのカテゴリをオン この画面がでない場合は5へ



5 プライバシーポリシーを確認し、同意

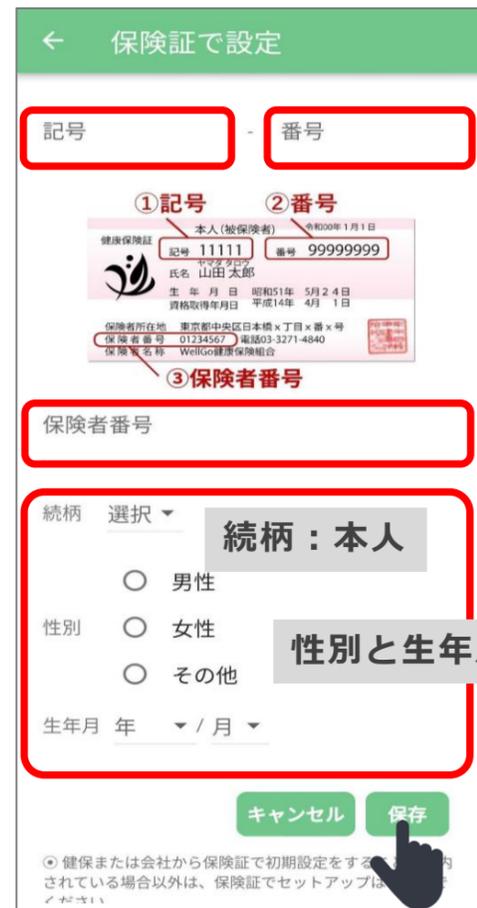


インストール方法 (iPhone版)

6 アカウント設定



「保険証で設定」選択



※ 入力した情報はログイン後破棄されます

7 データ連携設定



「ライフログ取得先」をタップ



※ スマホ内の歩数連携
「Apple Health」選択

※ ウェアラブルデバイスを持っている方は他のメーカーと連携可能

インストール方法 (iPhone版)

8 ニックネーム、アバター設定

ニックネーム及びメール配信をタップ

ニックネーム入力

アバター表示チェック

アバター設定

9 アカウント作成

**Webアカウント作成
タップ**

**Eメール、パスワード
の設定**

アカウント確認をタップ
どのアプリで開くか確認がある場合
普段使用しているWebサイトで開く

※最後までお忘れなく



設定したメールにWellGo
から確認のメールが届く

※チェックボックス補足

- ① 移動距離の検証
スインガー対策ロジックのため、
40,000歩以上歩かれる方はチェック
推奨
- ② ライフログを医療職に公開
普段は表示されていません。

パスワード設定条件

- ① 半角12文字以上
- ② 英字の小文字・大文字を両方使う
(各1つ以上)
- ③ 数字も使う (1つ以上)

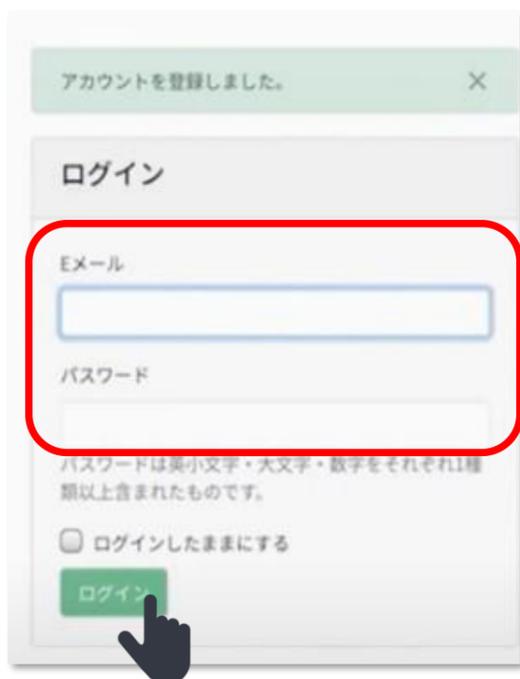
メールが届かない

メッセージングアプリの使用の方は
WellGoからのメールが文字化けします。
iPhone標準のメールソフトや
Gmailなどのメールソフトをご使用
ください

<https://wellgo.jp/lp/faq/faq-1425/>

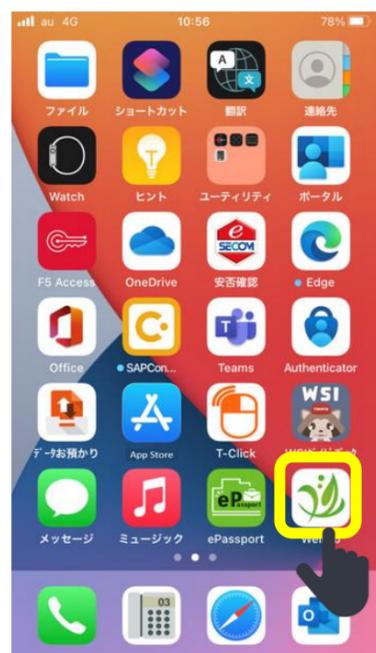
インストール方法 (iPhone版)

10 ログイン



9で設定したEメール、パスワードを入力しログイン

11 再度アプリで WellGoを開きなす



※ 10でログインした画面はWeb版です。11のアプリ版で開くと様々な機能が使用できます

※要確認



※ 歩数が表示されない場合

マイページの右上「…」をタップして、設定⇒ライフログ連携設定で取得先が設定されているか確認

- ヘルスケア (Apple Health) と連携している場合
 - ① アプリのヘルスケアを開いて歩数確認、WellGoアプリを再度立ち上げて「今すぐ更新」をタップ
 - ② スマホアプリの設定 (歯車マーク) ⇒ 「ヘルスケア」 ⇒ 「データアクセスとデバイス」 ⇒ 「WellGo」 ⇒ [すべてのカテゴリがオン] になっていることを確認 (オフになっている場合はオンにする) ⇒ WellGoアプリを再度立ち上げて「今すぐ更新」をタップ

<https://wellgo.jp/lp/faq/faq-1096/>

- 他のメーカーと連携している場合
他メーカーアプリを立ち上げて歩数を確認後、WellGoアプリを再度立ち上げて「今すぐ更新」をタップ

<https://wellgo.jp/ja/messages/new/2>

Android版



インストール方法（Android版）

1 Playストアから①「Google Fit」②「Googleヘルスコネクト」③「WellGo」をインストールする



※こちらのウェアラブル端末を所持されている方はGoogle FitやGoogleヘルスコネクトをダウンロードする必要はありません。



※ すでに「Google Fit」や「Googleヘルスコネクト」をインストールしている場合は「WellGo」のみインストール

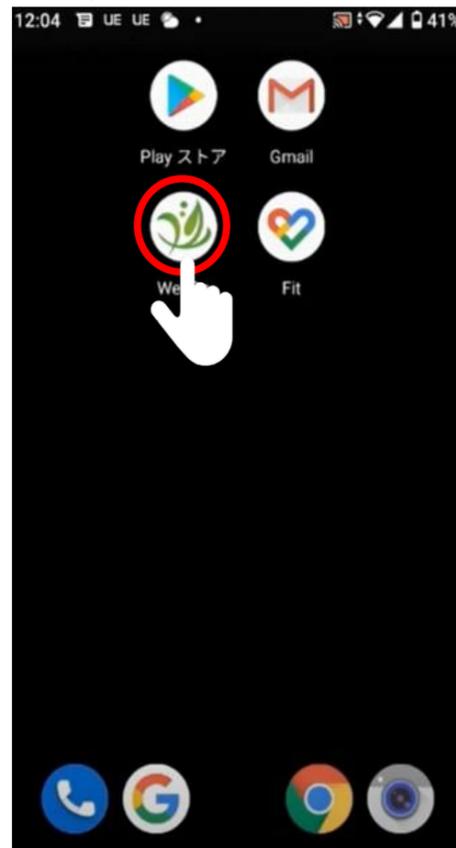
2 ヘルスコネクトとGoogle Fitを同期設定する

QRコードを読み取っていただくと
画像付きで手順が見られる
ヘルプページを参照できます。
こちらの手順に沿って
設定してください。

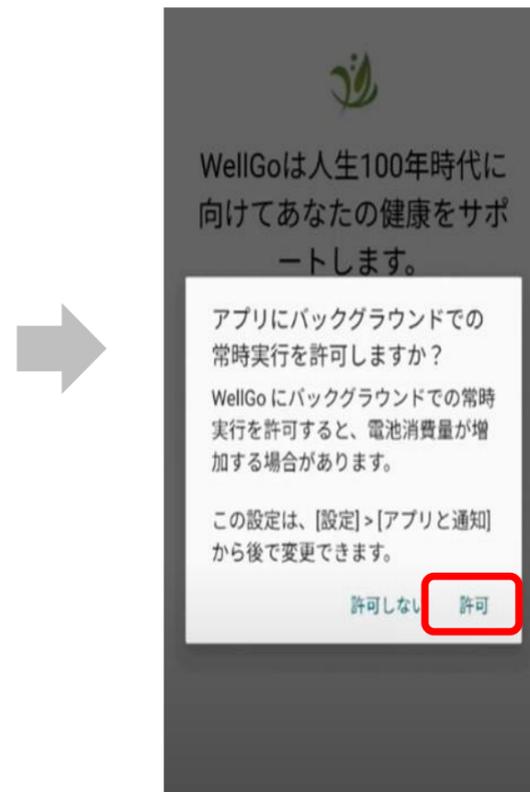


インストール方法 (Android版)

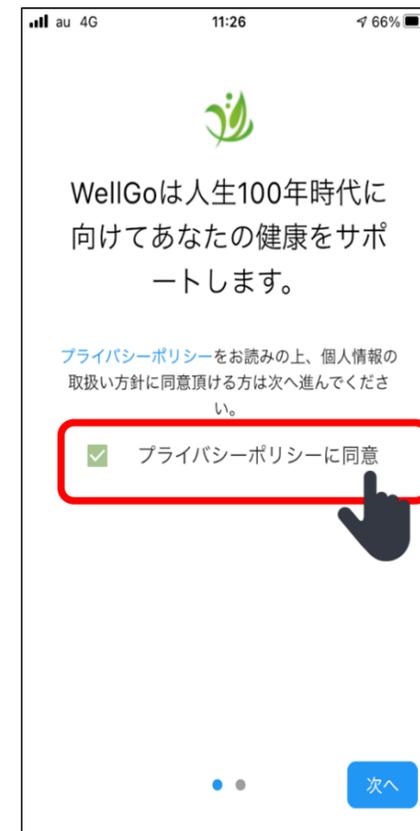
3 WellGoアプリを開く



4 バックグラウンドでの実行を許可



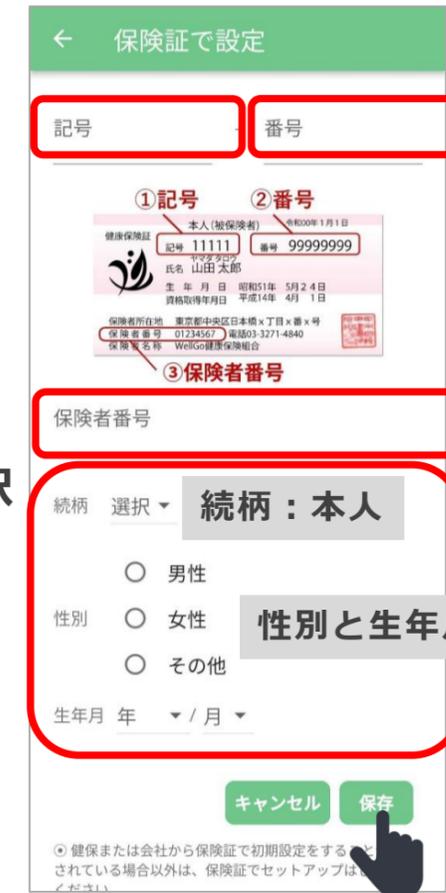
5 プライバシーポリシー確認、同意



6 アカウント設定



「保険証で設定」選択



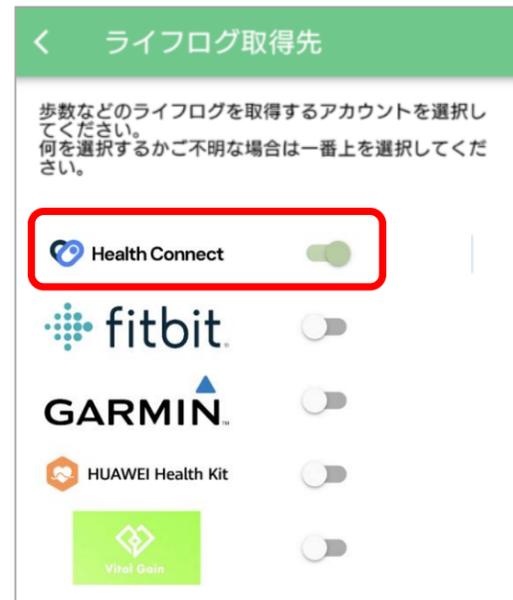
※ 入力した情報はログイン後破棄されます

インストール方法 (Android版)

7 データ連携設定



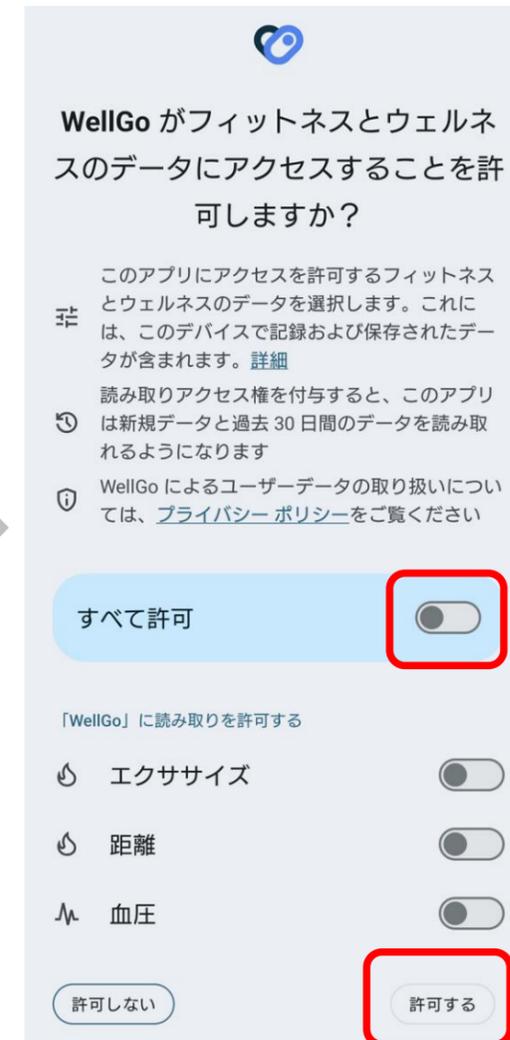
「ライフログ取得先」を
タップ



- ※ スマホ内の歩数連携は「Health Connect」選択
- ※ ウェアラブルデバイスを持っている方は他のメーカーと連携可能



アカウントの選択画面が表示された場合はGoogleヘルスコネク트에ログイン自他ものと同じアカウントを選択



内容を確認の上、「すべて許可」をONにしてから画面下部の「許可する」を押す



バックグラウンドでの同期を有効にするために「許可する」を押す

インストール方法 (Android版)

8 ニックネーム、アバター設定

9 アカウント作成

※最後までお忘れなく



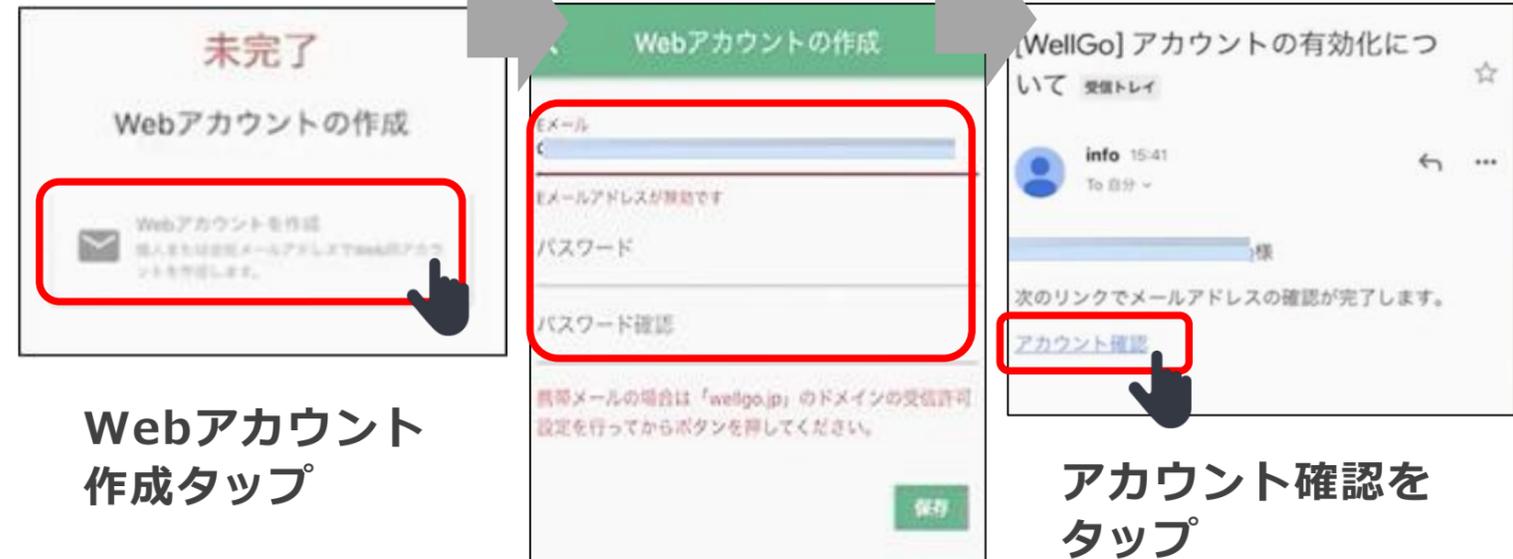
設定したメールにWellGoから確認のメールが届く



ニックネーム及びメール配信をタップ

アバター表示チェック

アバター設定



Webアカウント作成タップ

Eメール、パスワードの設定

アカウント確認をタップ

どのアプリで開くか確認がある場合
普段使用しているWebサイトで開く

※チェックボックス補足

- ① 移動距離の検証
スインガー対策ロジックのため、40,000歩以上歩かれる方はチェック推奨
- ② ライフログを医療職に公開
普段は表示されていません。

パスワード設定条件

- ① 半角12文字以上
- ② 英字の小文字・大文字を両方使う (各1つ以上)
- ③ 数字も使う (1つ以上)

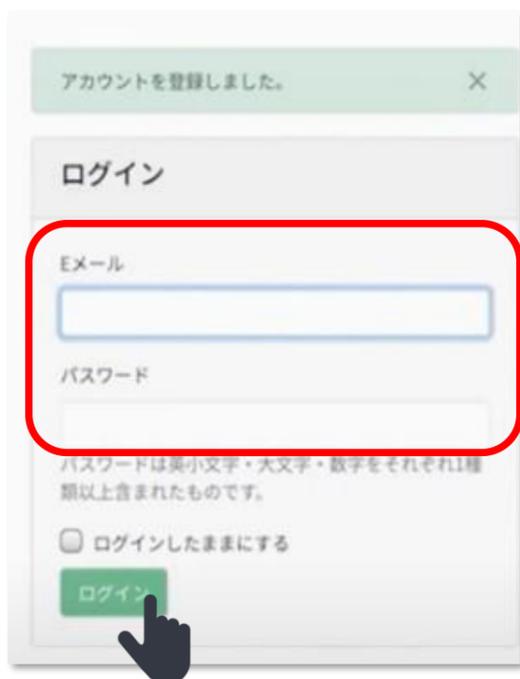
メールが届かない

メッセージングアプリの使用の方はWellGoからのメールが文字化けします。iPhone標準のメールソフトやGmailなどのメールソフトをご使用ください

<https://wellgo.jp/lp/faq/faq-1425/>

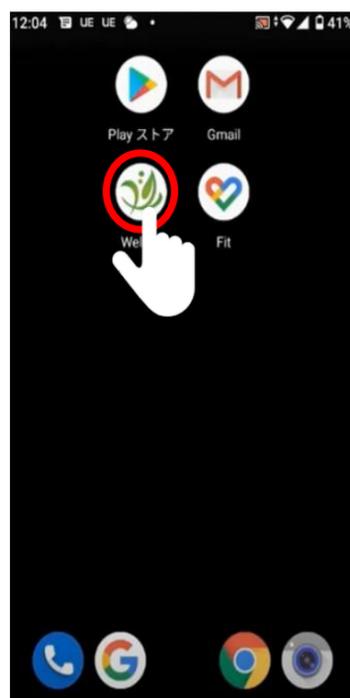
インストール方法 (Android版)

10 ログイン



9で設定したEメール、パスワードを入力しログイン

11 再度アプリで WellGoを開きなおす



※ 10でログインした画面はWeb版です。11のアプリ版で開くと様々な機能が使用できます

※要確認



※ 歩数が表示されない場合

マイページの右上「…」をタップして、設定⇒ライフログ連携設定で取得先が設定されているか確認

- ヘルスケア (Apple Health) と連携している場合
 - ① アプリのヘルスケアを開いて歩数確認、WellGoアプリを再度立ち上げて「今すぐ更新」をタップ
 - ② スマホアプリの設定 (歯車マーク) ⇒ 「ヘルスケア」 ⇒ 「データアクセスとデバイス」 ⇒ 「WellGo」 ⇒ [すべてのカテゴリがオン] になっていることを確認 (オフになっている場合はオンにする) ⇒ WellGoアプリを再度立ち上げて「今すぐ更新」をタップ

<https://wellgo.jp/lp/faq/faq-1096/>

- 他のメーカーと連携している場合
他メーカーアプリを立ち上げて歩数を確認後、WellGoアプリを再度立ち上げて「今すぐ更新」をタップ

<https://wellgo.jp/ja/messages/new/2>

Webブラウザ登録

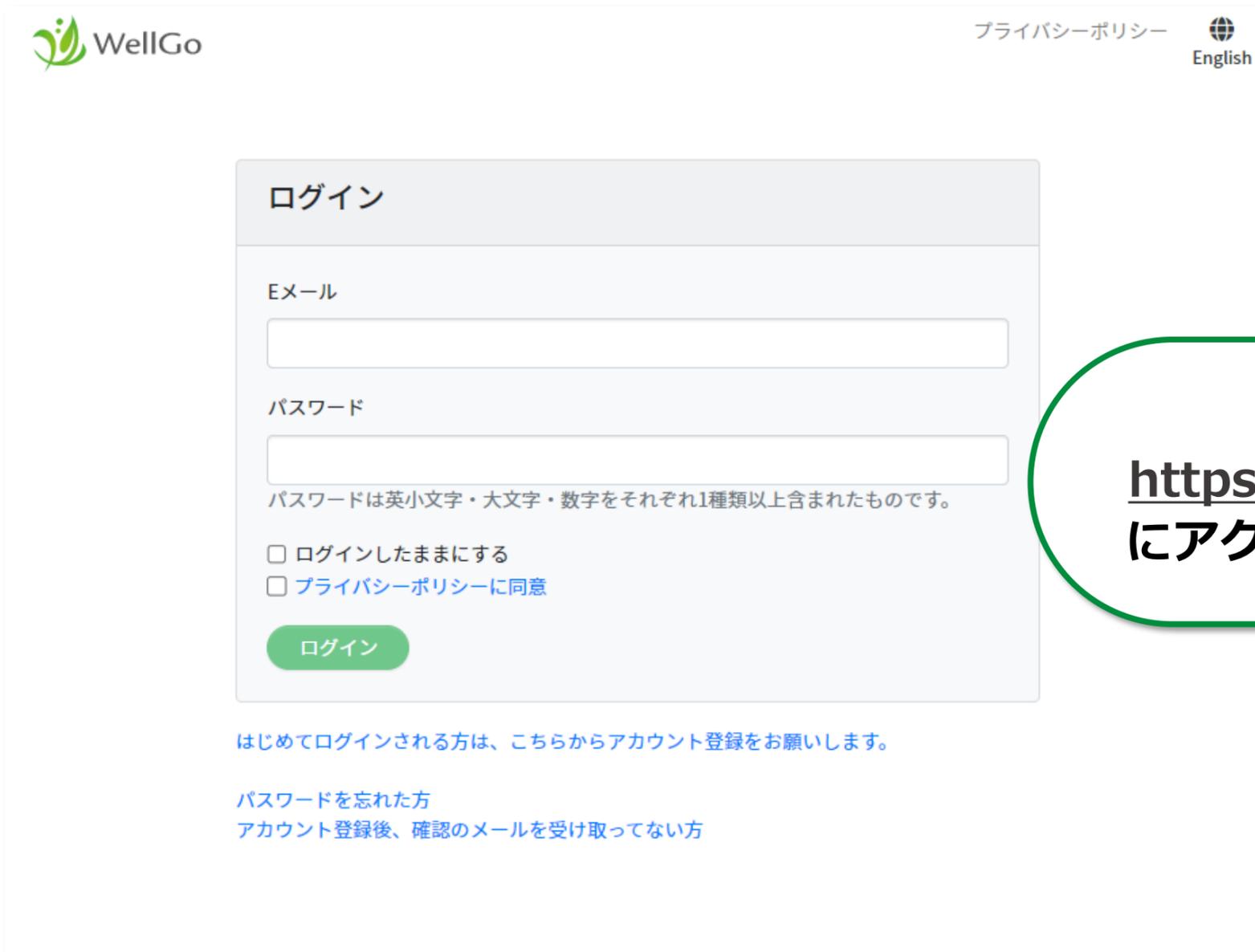


目次

- ・ PCからのアカウント登録方法 . . . P. 17
- ・ ご参考 : Web版 (PCから利用) とアプリの違い . . . P. 23

Webブラウザからのアクセスでは、ライフログ連携やクエスト機能の利用が出来ません。
PCからアカウント登録を行い、その情報を元に後からアプリでログインすることも可能です。（P. 22参照）

WellGo Web版サイトにアクセス



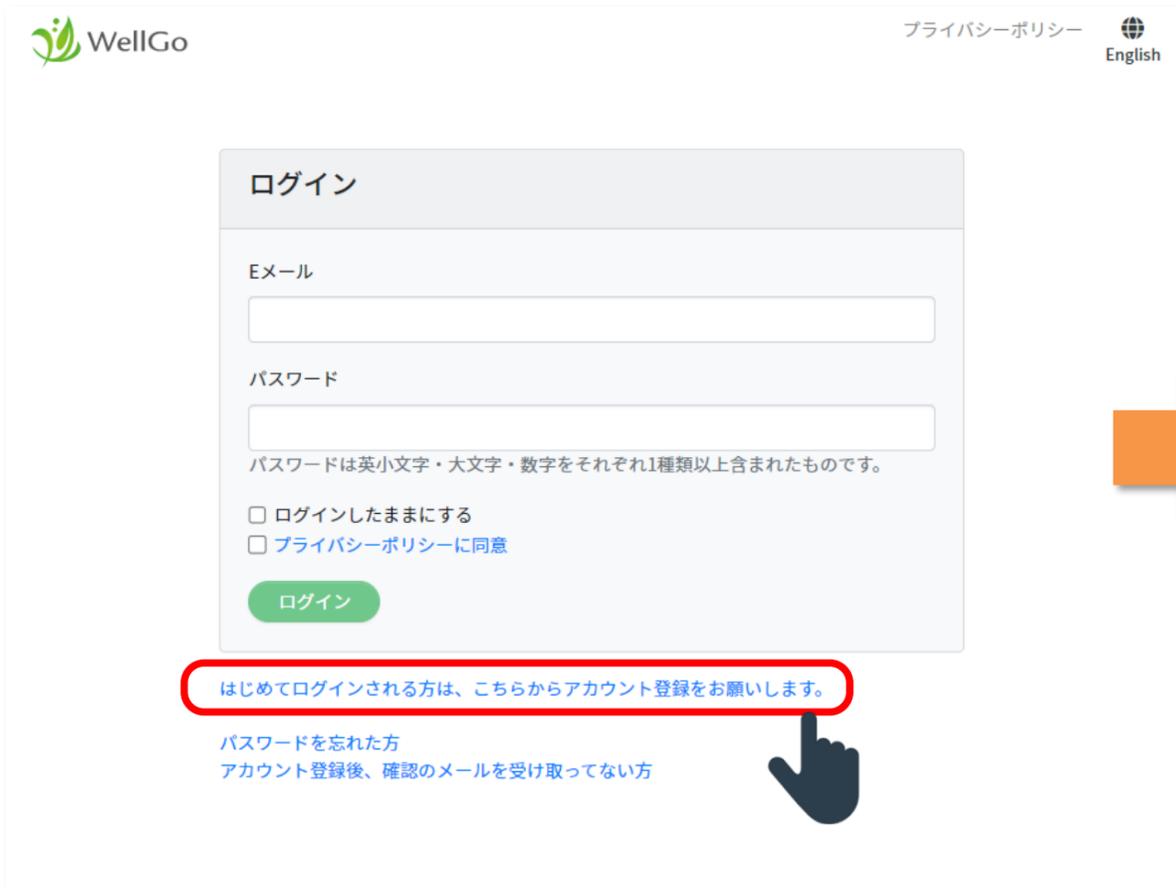
The screenshot shows the WellGo login page. At the top left is the WellGo logo. At the top right are links for 'プライバシーポリシー' (Privacy Policy) and 'English'. The main content area is titled 'ログイン' (Login) and contains the following elements:

- Eメール (Email) input field
- パスワード (Password) input field
- パスワードは英小文字・大文字・数字をそれぞれ1種類以上含まれたものです。(Password must contain at least one of lowercase letters, uppercase letters, or numbers.)
- ログインしたままにする (Keep me logged in)
- プライバシーポリシーに同意 (I agree to the Privacy Policy)
- ログイン (Login) button

At the bottom of the page, there are links for 'はじめてログインされる方は、こちらからアカウント登録をお願いします。' (For first-time logins, please register an account from here.) and 'パスワードを忘れた方' (Forgot your password?). Below that is a link for 'アカウント登録後、確認のメールを受け取っていない方' (If you haven't received the confirmation email after account registration).

まずは、
https://wellgo.jp/ja/users/sign_in
にアクセスしてログイン画面を開きます。

アカウント作成-保険証番号で登録



WellGo プライバシーポリシー English

ログイン

Eメール

パスワード

パスワードは英小文字・大文字・数字をそれぞれ1種類以上含まれたものです。

ログインしたままにする
 プライバシーポリシーに同意

ログイン

はじめてログインされる方は、こちらからアカウント登録をお願いします。

[パスワードを忘れた方](#)
[アカウント登録後、確認のメールを受け取っていない方](#)



アカウント登録

Eメール: **メールアドレス**
※携帯会社メールの方は「wellgo.jp」ドメインの受信許可設定をお願いいたします。

パスワード: **任意のパスワード**
パスワードは半角英数12文字以上で、英小文字・大文字・数字をそれぞれ1種類以上含めてください。

パスワード(確認用): **任意のパスワード(確認用)**

保険証で登録 従業員番号で登録

記号: 番号:

①記号 ②番号

健康保険証 本人(被保険者) 令和00年1月1日
記号 11111 番号 99999999
氏名 山田 太郎
生年月日 昭和51年 5月 24日
資格取得年月日 平成14年 4月 1日

③保険者番号

保険者番号: 保険証の保険者番号

続柄: 本人

性別: 選択してください

生年月: 2022 / 11

プライバシーポリシーに同意

アカウント登録

必要事項を記入し、「アカウント登録」

※保険証情報・性別・生年月の情報の内、いずれかが会社に登録されている情報と異なるとログインができません。
エラーになる場合は、貴社のご担当者さまにお問い合わせください。

メールアドレス認証

1

本人確認用のメールを送信しました。メール内のリンクからアカウントを有効化してください。

ログイン

Eメール

パスワード

パスワードは英小文字・大文字・数字をそれぞれ種類以上含めたものです。

ログインしたままにする

プライバシーポリシーに同意

ログイン

お使いの
メールボックスを
確認してください。
※ info@wellgo.jpからメールが届きます。

はじめてログインされる方は、こちらからアカウント登録をお願いします。

パスワードを忘れた方

アカウント登録後、確認のメールを受け取っていない方

2

[WellGo] メールアドレス確認 受信トレイ x TO ME x

info@wellgo.jp

メールアドレスの確認を完了するには、次のリンクをクリックします。

[メールアドレス確認](#)

全員に返信

返信

「メールアドレスを確認」すると
ブラウザ画面が立ち上がります

3

アカウントを登録しました。

ログイン

Eメール

メールアドレス記入

パスワード記入

ログインしたままにする

プライバシーポリシーに同意

ログイン

メールアドレス・パスワードを入力
「プライバシーポリシーに同意」に
チェックしたら、
「ログイン」をクリック

登録完了



The screenshot displays the WellGo mobile application interface. On the left is a dark green navigation menu with icons for home, messages, teams, events, quizzes, learning, records, surveys, health results, stress checks, point exchange, statistics, management, settings, health consultation, contact, and logout. The main content area is titled 'あなたの情報' (Your Information) and includes a 'お知らせ' (Notice) section with three cartoon character icons, a 'WellGoバーチャル運動会 エントリー開始' (WellGo Virtual Sports Meeting Registration Start) banner, and a 'ToDo リスト' (ToDo List) with several tasks and buttons for '回答' (Answer), '報告' (Report), '表示' (Display), and '参加' (Participate). On the right, there is a '健康総合ランク' (Overall Health Rank) section featuring a radar chart with axes for '健康意識' (Health Awareness), '知識' (Knowledge), '健診' (Checkup), '医療費' (Medical Expenses), 'ストレス' (Stress), '歩数' (Steps), '睡眠' (Sleep), and '食事' (Diet). A '健康指数' (Health Index) is shown in the center of the chart, and a '詳細を見る' (View Details) button is at the bottom.

このような画面が表示されたら、ログイン完了です。

iPhone版

Android版

ブラウザ登録

ベネフィット

使い方

補足：PCからのアカウント登録後、アプリを利用する場合



① メニューバーより「設定」をクリック

② 「個人」にカーソルを合わせる

③ 「ライフログ連携」をクリック

補足：PCからのアカウント登録後、アプリを利用する場合

3

スマホアプリセットアップ用QRコード

QRコードを使用すると、スマホアプリの初期設定を簡単に行うことができます。

1. AppStore または PlayStore から WellGo アプリを検索してインストール
2. WellGo アプリを起動し、プライバシーポリシーに同意
3. アカウント情報取得画面で「QRコードで設定」を選択し、以下のQRを読み込
4. ライフログ取得先を選択
4. 設定完了

このQRコードはあなたの個人データを参照する鍵情報が含まれています。



WellGo Web画面

4

未完了

以下のいずれかの方法でアカウント情報を取得してください。



選択して QR読み込み

QRコードで設定
WellGoウェブサイトの「設定」→「ライフログ連携設定」

Webアカウントでログイン
登録済Webアカウントでログインを行います。

WellGoアプリ画面

- 表示されたQRコードをアプリ画面で読み取ります。 ※QR以外に、登録したメールアドレス・PWでもアプリからログイン可能
- アプリでのログイン手順に従い、ライフログの設定を行えば、アプリ利用が開始できます。

(ご参考) Web版とアプリ版の違い

機能	Web版 (PC) のみ利用	アプリ版 (スマホ)
お知らせ・メッセージ確認	○	○
健診結果確認	○	○
ライフログ※連携	×	○
外部アプリとの連携	不要	必須
ランキング機能	△ (ライフログランキングは表示不可)	○
測定記録機能	○	○
食事記録機能	○	○
勤怠記録確認	○	○
アンケート回答	○	○
イベント参加	○	○
チームチャット機能	○	○
クエスト機能	×	○
健康クイズ	○	○

※ライフログとは、歩数記録や睡眠時間、消費カロリーなど外部アプリで計測されたデータを指します。

WellGoベネフィット



健康管理のサポートアプリ「WellGo」のご案内

健康増進・生活習慣病予防をサポートするアプリです。健診データの閲覧やコンテンツ内のWebサービスを活用し、健康維持・増進に役立てていただくとともに、各種電子チケットと交換できるポイントを貯めることができ、楽しみながら健康管理をすることができます。

ご登録にはメールアドレスが必要です。メールアドレスは保険事業の一環として利用させていただきますので、ご同意のうえ、プライバシーポリシーの同意にチェックしてください。これまで提供していた「QUPiO+」をご利用時のポイントは移行していますので、ログインしてご確認ください。

※ポイントには有効期限がありますのでご注意ください。

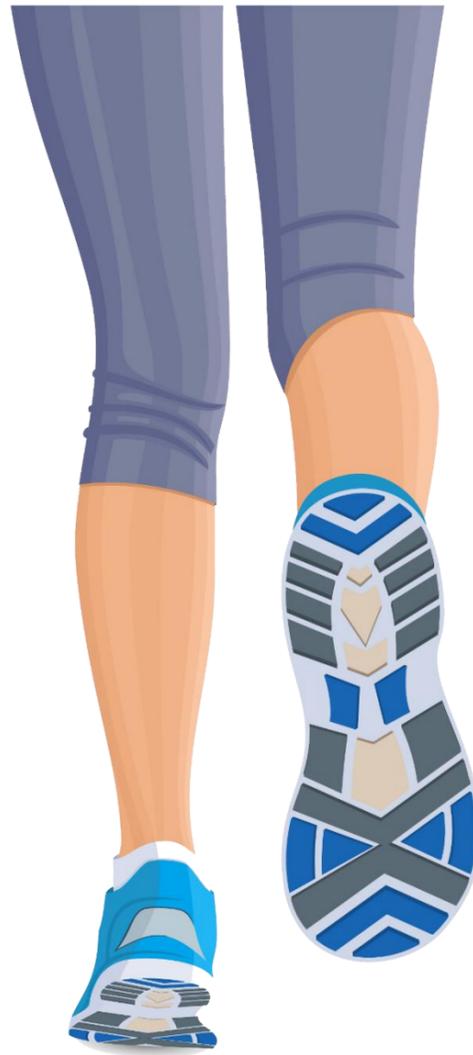


1. 健康×インセンティブ
2. 健康×コミュニケーション
3. 健康×自己分析
4. 健康×成長実感



組合員目線からみる
WellGoベネフィット！

健康×ポイ活！～健康意識が報われる～



健康意識 × インセンティブ



- 歩数・睡眠・食事への意識がポイ活になる！
- 健康診断を受ける・ストレスチェックへ回答する・イベントへ参加することでもポイントに！
- ポイントはカフェや宅食・Amazonなど様々なものに交換できるeチケットへ！

全国の仲間を感じられる～オンラインこそその全国開催～

－ 運動 －



－ 食事 －



－ 禁煙 －



運動 / 記録、好みのイベントで健康習慣

- 個人対抗もチーム対抗も開催可能！
- 組合内限定の安心SNS - 写真やコメントの投稿機能
- 好きなメンバーでいつでもミニイベント（チーム機能）

自分の健康は今？～歩数・食事・睡眠などPHRを含め～



Webから健診結果のPDF出力も可能

PDFダウンロード

分類/項目	基準値	単位	法定項目	年度 日付 2021年度 2022-07-31 人間ドック	年度 日付 2022年度 2022-09-09 人間ドック	年度 日付 2023年度 2023-09-17 人間ドック	年度 日付 2020年度 2020-10-16 人間ドック
体格							
身長		cm	✓	175.0	178.0	178.3	180.4
体重		kg	✓	82.4	71.4	68.1	81.0
BMI	18.5~24.9		✓	26.9	22.5	21.4	24.9
標準体重		kg		67.4	69.7	69.9	71.6
腹囲	~84.9	cm	✓	92.0	84.0	82.0	93.5
眼科							
矯正視力 右	0.7~		✓	1.2	1.5	1.5	1.5
矯正視力 左	0.7~		✓	1.2	1.5	1.5	1.5
眼圧 右	~20.0	mmHg		19.0	11.1	13.6	14.0
眼圧 左	~20.0	mmHg		18.0	10.5	13.1	16.0
キースワグナー分類 (K, W分類) 右				0.0	0.0	0.0	0.0
キースワグナー分類 (K, W分類) 左				0.0	0.0	0.0	0.0

- アプリ/Webでいつでも確認！
- 経年で自分の健康変化も一目瞭然！
- 歩数や食事、睡眠などの傾向把握も！

あなたは変化している ~結果より先に努力を視覚化~

クエスト機能



健康ランク



歩数ランキング



他者/自己比較から成長実感



- ミッションこなして街が発展！（ゲーミフィケーション）
- 会社の中で自分は歩数順位は？（ランキング）
- 1カ月前とくらべてどう成長した？（健康ランク）

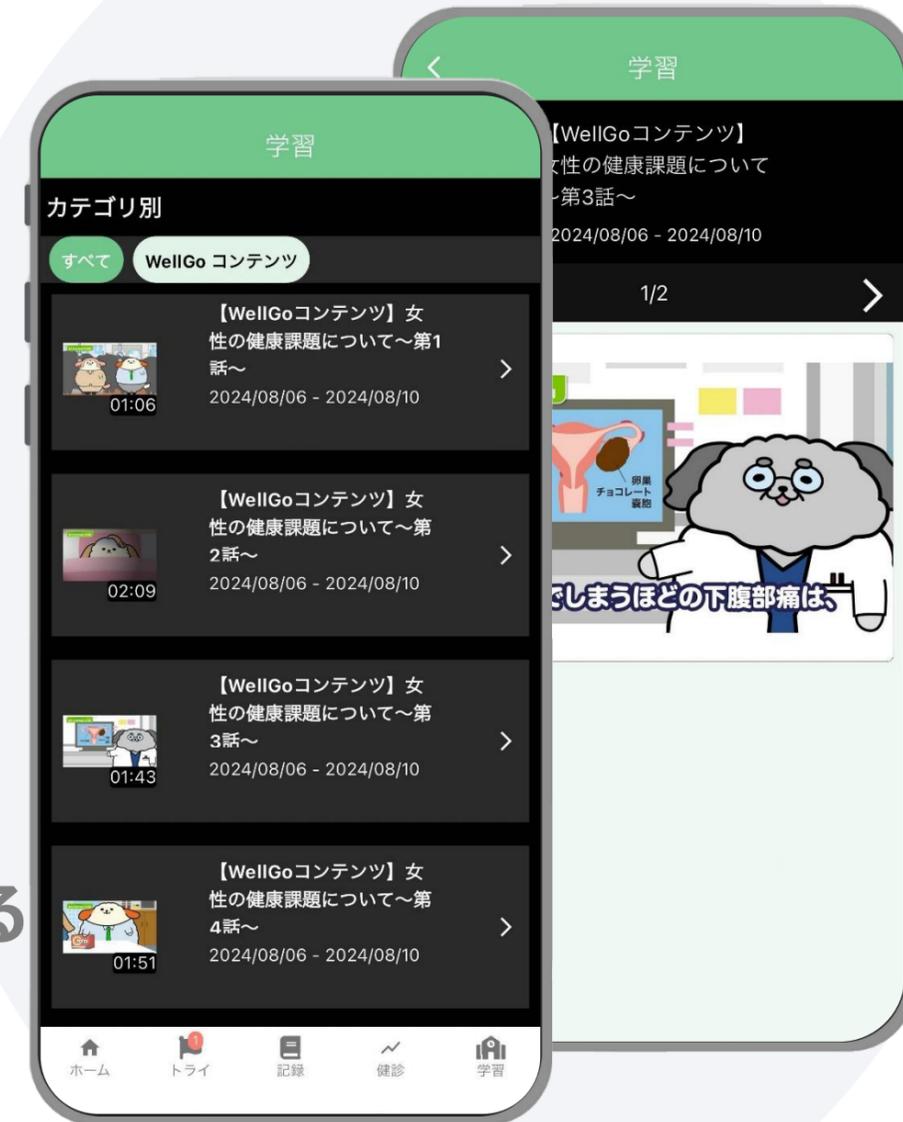
日常シーンから学びを ~会社を舞台に健康ストーリー~



身近な健康課題をアプリで視聴



- 会社を舞台に、アニメストーリーとして楽しめる
- 自分や仲間の健康課題を認識できる
- 1本2-3分なので手軽に聞ける！



お問合せ先

- **日本航空健康保険組合**
Eメール： yhm.kenpo@jal.com
- **株式会社WellGo**
アカウント登録に関するよくあるご質問一覧
(https://wellgo.jp/lp/question/qa_account_registration/)

