

# 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
- ・ お問合せ先 . . . 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



## 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



\* 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。

# 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

※マイナ保険証・資格確認書等で、記号・番号をご確認ください。  
(旧保険証がお手元にある方はそちらでもご確認いただけます。)

## 7 データ連携設定



「ログ取得先」をタップ



※ スマホ内の歩数連携  
「Apple Health」選択  
※ ウエ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

Copyrights©2023 株式会社WellGo, All Rights Reserved.

# 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

※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。

## 9 アカウント作成

アバター設定タップ

Eメール、パスワードの設定

※最後までお忘れなく



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

### 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/tp/faq/faq-1425/>

# インストール方法 (iPhone版)

## 10 ログイン



## 11 再度アプリで WellGoを開きなおす



9で設定したEメール、  
パスワードを入力しログイン

※ 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  
使用ができます

### ※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/jp/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



※ 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

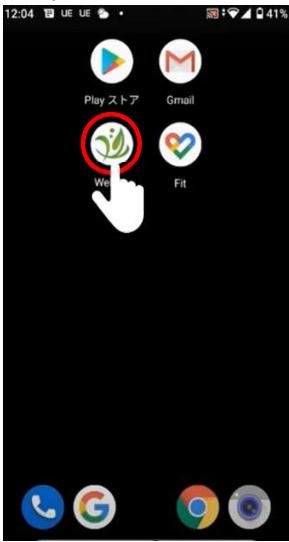
QRコードを読み取っていただくと  
画像付きで手順が見られる  
ヘルプページを参照できます。  
こちらの手順に沿って  
設定してください。



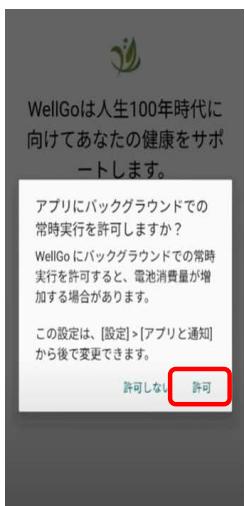
Copyrights©2023 株式会社WellGo, All Rights Reserved.

# インストール方法 (Android版)

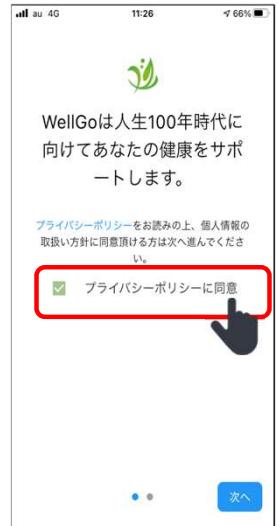
## 3 WellGoアプリを開く



## 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



※マイナ保険証・資格確認書等で、記号・番号をご確認ください。  
(旧保険証がお手元にある方はそちらでもご確認いただけます。)

※ 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



「ライフケース取得先」をタップ



※ スマホ内の歩数連携は「Health Connect」選択  
※ ウエ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ヘルスコネクトに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

ニックネーム及び  
メール配信をタップ

※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。

## 9 アカウント作成

Webアカウント  
作成タップ

メール  
パスワード  
パスワード確認

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)

※最後までお忘れなく



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

Eメール、パス  
ワードの設定

メールが届かない  
メッセージ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/tp/faq/faq-1425/>

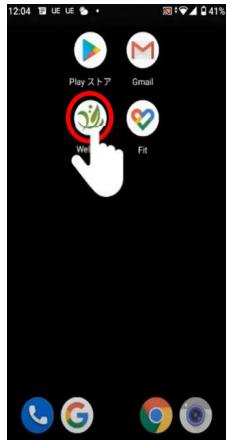
# インストール方法 (Android版)

## 10 ログイン



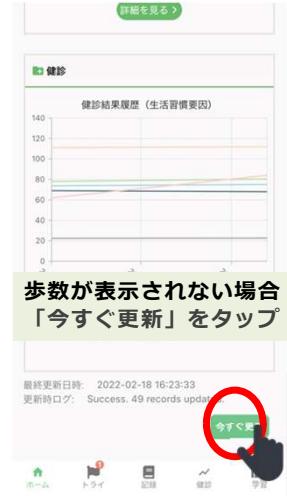
9で設定したEメール、  
パスワードを入力しログイン

## 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  
使用ができます

### ※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/jp/faq/faq-1096/>
- 他のメーカーと連携している場合  
他の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

# はじめに



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)

iPhone版

Android版

ブラウザ登録

ベネフィット

使い方

# WellGo Web版サイトにアクセス



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ない方

まずは、  
[https://wellgo.jp/ja/users/sign\\_in](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-保険証等番号で登録



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

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ない方



※マイナ保険証・資格確認書等で、記号・番号をご確認ください。  
(旧保険証がお手元にある方はそちらでもご確認いただけます。)



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: 保険証の記号 保険証の番号

①記号 ②番号  
記号: 11111 番号: 99999999  
本人(被保険者) 00000001年1月1日  
性別: 男 生年月: 2022/11  
年 月 日 保険証記載年月: 2022年3月24日  
保険証発行年月: 2022年4月1日  
保険者住所: 東京都新宿区西新宿二丁目××号  
保険者番号: 0123456789012345  
保険者名: WellGo健康保険組合

③保険者番号  
保険者番号: 保険証の保険者番号

統称: 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」

※保険証等情報・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。

18

iPhone版

Android版

ブラウザ登録

ペネフィット

使い方

# 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

※ info@wellgo.jpからメールが届きます。

パスワードは英小文字・大文字・数字をそれぞれ混在して用意されたものです。

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

2

[WellGo] メールアドレス確認 受信トレイ x TO ME x

i 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

「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  
チェックをしたら、  
「ログイン」をクリック

19

iPhone版

Android版

ブラウザ登録

ペネフィット

使い方

# 登録完了



## あなたの情報

### お知らせ



お知らせ④



お知らせ⑤



お知らせ③

### WellGoバーチャル運動会 エントリー開始

今週の健康レポート

### ToDoリスト

- ① My Sleepサービス感想アンケートに回答してください。
- ① 疲労蓄積度チェックリスト2023（要面接）に回答してください。
- ① 精密検査（がん検診項目）の受診状況を報告してください。
- ② 生活習慣改善プログラムの申し込みは完了しています。
- ① 禁煙応援プログラム(2023-10002) イベントが参加受付中です。
- ① 禁煙応援プログラム(2023-10003) イベントが参加受付中です。
- ① 禁煙応援プログラム(2023-10008) イベントが参加受付中です。
- ② 禁煙応援プログラム(2023-10011) イベントが参加受付中です。

メッセージ イベント クイズ 設定 参合せ ログアウト

前回のログイン日時: 2023-12-07 09:52:32 My Health Points 1

### 健康総合ランク

総合ランク

このような画面が表示されたら、  
ログイン完了です。



20

iPhone版

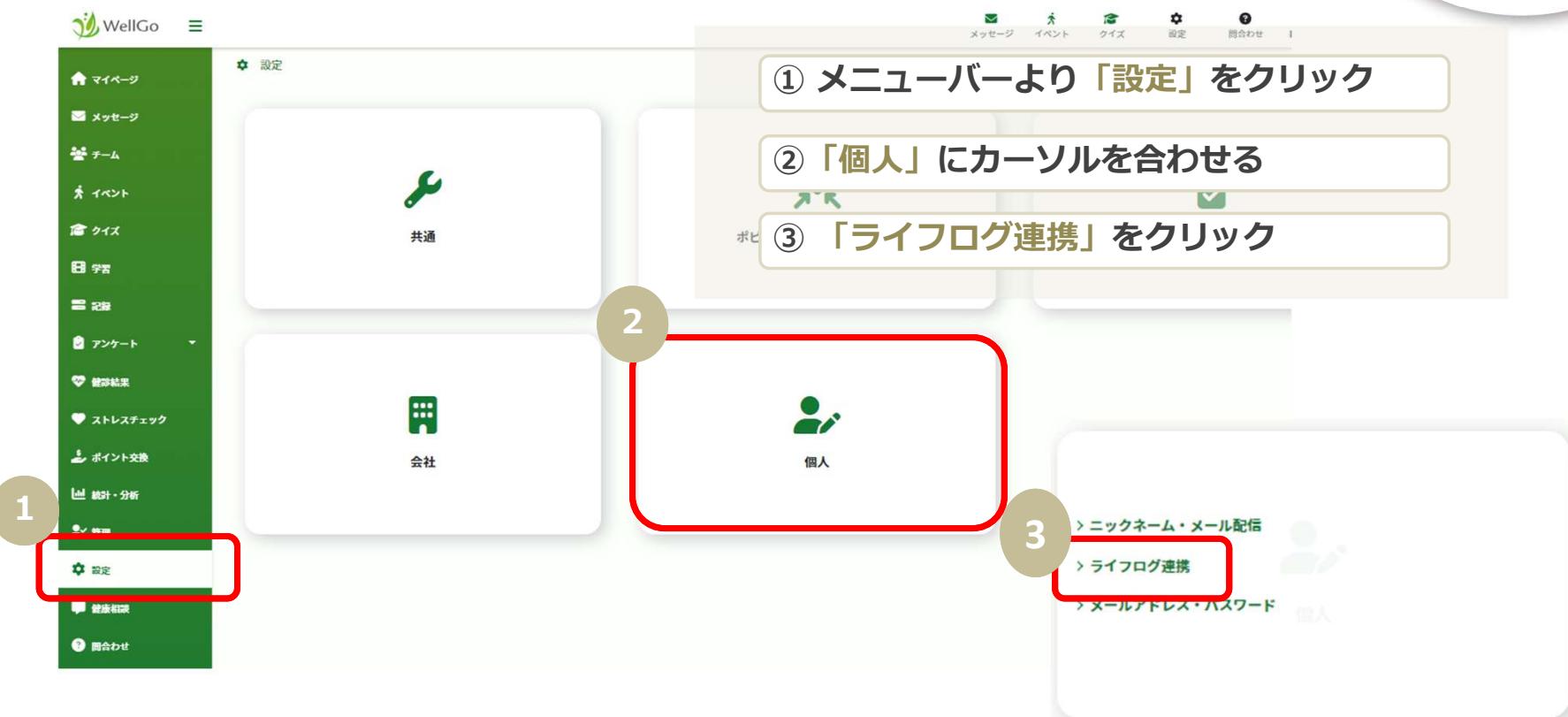
Android版

ブラウザ登録

ペネフィット

使い方

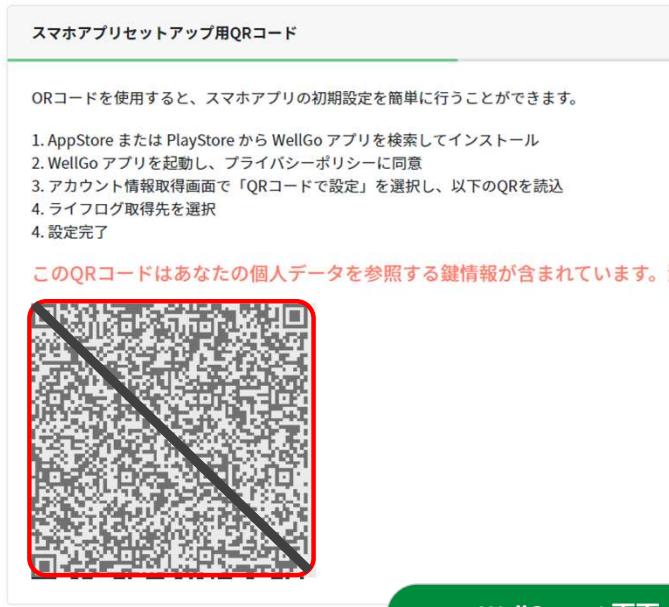
## 補足：PCからのアカウント登録後、アプリを利用する場合



## 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



4



- 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。

22

iPhone版

Android版

ブラウザ登録

ペネフィット

使い方

## (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	<b>不要</b>	<b>必須</b>
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。

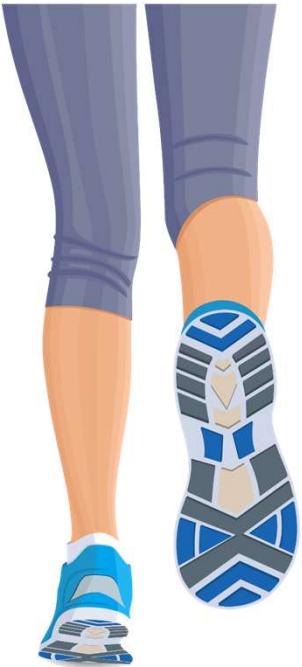


1. 健康×インセンティブ
2. 健康×コミュニケーション
3. 健康×自己分析
4. 健康×成長実感

# 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

- 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）

Copyrights©2023 株式会社WellGo, All Rights Reserved.

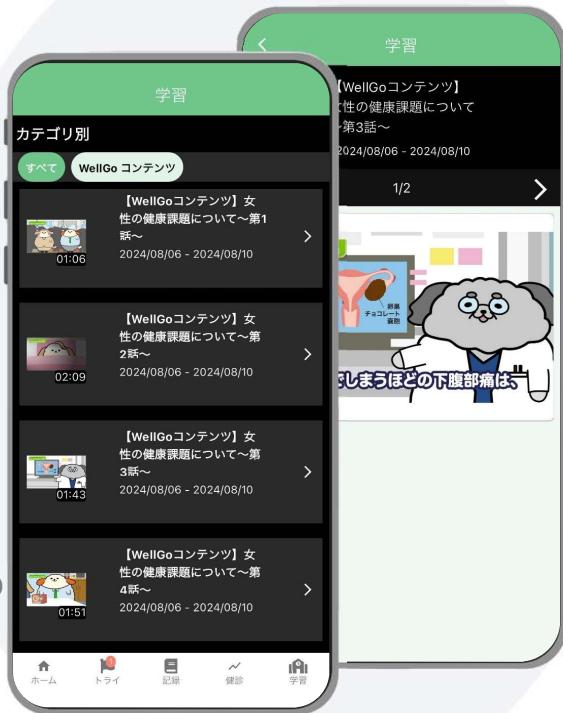
# 日常シーンから学びを ~会社を舞台に健康ストーリー~



## 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！



Copyrights©2023 株式会社WellGo, All Rights Reserved.

iPhone版

Android版

ブラウザ登録

ペネフィット

使い方

### お問合せ先

● 日本航空健康保険組合  
Eメール： [yhm.kenpo@jal.com](mailto: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/](https://wellgo.jp/lp/question/qa_account_registration/))