【重要】「くうねるあるく+ふせぐ」 健康づくりウォーキング 利用可能アプリについて



2026年度「くうねるあるく+ふせぐ」より「VALUE LIFEアプリ」を導入しております。
ぜひアプリをダウンロードしてウォーキングプログラムに参加しましょう！

なお「けんこう手帳アプリ」は、2027年度以降サービス終了いたします。
お早めに「VALUE LIFEアプリ」への移行およびご活用をお願い申し上げます。

【現在ご利用可能なアプリ】

VALUE LIFE

けんこう手帳（2027年度以降サービス終了）

▼Google Health（旧Fitbit）をご利用の方へ▼
Google側の仕様変更に伴い、Google Health（旧Fitbit）デバイスの健康管理情報のデータ取得方法が変更となりました。
その為、本プログラムにおける直連携（従来の自動連携）の対応は終了いたしました。何卒ご理解の程お願いいたします。
今後は、スマートウォッチ端末として、「VALUE LIFEアプリ」経由で、歩数データを取り込みいただけます。

iPhone（iOS）の場合

【Google Health（旧Fitbit）アプリ】 ⇒ 【ヘルスケア（iOSシステム）】 ⇒ 【VALUE LIFEアプリ】

Androidの場合

【Google Health（旧Fitbit）アプリ】 ⇒ 【ヘルスコネクト（Androidシステム）】 ⇒ 【VALUE LIFEアプリ】



Google Health（旧Fitbit）アプリ ⇒ ヘルスケア（iOSシステム）／ヘルスコネクト（Androidシステム）への同期に関して
同期方法のご不明点や不具合が生じた場合は「Googleカスタマーサポート（お問い合わせフォーム）」より、
お問い合わせいただきますよう、お願いいたします。
https://support.google.com/googlehealth/gethelp?hl=ja

VALUE LIFE「くうねるあるく+ふせぐ」健康づくりウォーキング歩数登録方法

STEP❶ アプリログイン用の団体コードを確認（初回のみ）

「くうねるあるく+ふせぐ」健康づくりウォーキングに参加するためには、実施期間中の歩数データの登録が必要です。
歩数登録に「VALUE LIFE（バリューライフ）」アプリを使用する場合は、専用の団体コードを確認してください。

あるく「ホーム」ページから VALUE LIFEアプリ説明ページへアクセス

1. 赤枠内【詳細はこちらからご確認ください】をクリックします。



2. 【VALUE LIFEアプリ】説明ページへ遷移します。



VALUE LIFEアプリ説明ページで「団体コード」を確認

3. 説明ページへ遷移後、【アプリの使い方】⇒【2.アプリにログイン】⇒【③団体コード入力】に表示されている団体コードを確認してください。
※アプリご利用時に団体コードの入力が必要です。



団体コードは下記をご入力ください。

団体コード
3374477

STEP❷ アプリをダウンロード

「App Store」「Google Play」で
「VALUE LIFE」または「バリューライフ」
と検索してダウンロードしてください。

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

※ 本アプリケーションの利用にはパケット通信料がかかります。
※ スマートフォンにてダウンロードを行ってください。
※ App StoreはApple Inc.のサービスマークです。
※ Google Play は Google LLC の商標です。

【推奨環境】

推奨環境は予告なく変更になる可能性があります。
また、推奨環境であっても、お客様の機器や設定等により正常に動作しない場合があります。
すべての機器での動作を保証するものではありませんので、予めご了承ください。

Android端末でご利用される場合の注意事項

事前に「ヘルスコネクト」のインストールおよび、「ヘルスコネクト」と「Google Fit」の連携初期設定が必要です。
詳細は【VALUE LIFEアプリ】説明ページ内「(※1)PHRデータ連携設定について」をご確認ください。

※本資料は、2026年7月時点の情報です。

VALUE LIFE 「くうねるあるく+ふせぐ」健康づくりウォーキング歩数登録方法

STEP❸－1　アプリへのログイン～歩数の送信設定（初回のみ）

1. アプリを立ち上げるとチュートリアル画面が表示されます。
内容確認の上、案内に沿って進んでください。



2. STEP❶で確認した団体コードの入力画面が表示されますので、
入力の上「次へ」ボタンをタップしてください。



（※1）

（※1）
団体コード入力後に、【④多要素認証の設定】が表示された場合は、画面の指示に従って設定してください。
（お客様によっては表示されない場合がございます。
OSやお客様の端末設定によって、表示される画面は異なります。）

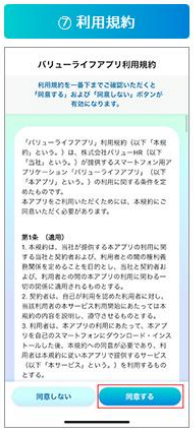
3. ID・パスワードの入力画面が表示されますので、会員サイトログイン時のID・パスワードを入力の上、「ログイン」ボタンをタップしてください。



（※2）

（※2）
ID・パスワード入力後に、【パスワード再設定】が表示された場合は、任意のパスワードへ変更してください。（お客様によっては表示されない場合がございます。）

4. 続いて利用規約が表示されますので、ご一読いただき「同意する」ボタンをタップしてください。アプリの利用には利用規約への同意が必要です。



※本資料は、2026年7月時点の情報です。

VALUE LIFE 「くうねるあるく+ふせぐ」健康づくりウォーキング歩数登録方法

STEP❸－2　アプリへのログイン～歩数の送信設定（初回のみ）

5. PHRデータ連携設定が表示されます。設定方法はご利用のスマートフォン端末のOSやバージョンによって異なりますのでご注意ください。
設定完了後は、アプリのトップ画面に遷移します。
※お客様によってトップ画面に表示されるサービスは異なります。

⑧ PHRデータ連携設定

PHRデータ連携設定画面が表示されます。
設定方法はお客様がご利用のスマートフォン端末のOSやOSのバージョンによって異なります。
（※1）

⑨ トップ画面



STEP❶～❸までの設定で
アプリの準備は完了です。

STEP❹の手順で、毎日歩数を
「くうねるあるく＋ふせぐ」健康づくり
ウォーキングに反映しましょう。

※PHRデータ（歩数等）が「VALUE LIFEアプリ」へ連携されない等の事象が発生した場合は、下記説明に沿って再度連携設定が必要です。

（※1）PHRデータ連携設定について
スマートフォン端末に記録されているPHRデータ（歩数等）を、バリューライフアプリに連携させる設定画面です。ご利用のスマートフォン端末によって、設定方法が異なりますので、下記からご確認ください。

iOS（iPhone）をご利用の方

Androidをご利用の方

STEP❹　「くうねるあるく+ふせぐ」への歩数データ送信

歩数データは、自動送信されません。
日々アプリから歩数データの送信を行ってください。

トップ画面「PHRデータを送信する」ボタンをタップして、歩数データを同期してください。
同期されたデータは、「くうねるあるく＋ふせぐ」健康づくりウォーキングの「マイデータ」ページでご確認いただけます。



健康づくりウォーキングのランキングに関する注意事項

※「くうねるあるく＋ふせぐ」健康づくりウォーキングのサイトにアクセスし、ご自身の登録歩数やランキングを見ることができます。バリューライフアプリから送信した歩数データが反映されていることを確認してください。

※ ランキングデータは午前5：00までに登録された前日までの歩数データを集計し、表示しています。歩数登録のタイミングによっては、「マイデータ」で表示される最新歩数と「ランキングデータ」で表示される歩数は必ずしも一致するとは限りません。

※本資料は、2026年7月時点の情報です。

問い合わせ先
バリューHRカスタマーサービス（平日9:30～17:00　土日祝・年末年始除く）
メールアドレス：kuu-neru-aruku@apap.jp

けんこう手帳 「くうねるあるく＋ふせぐ」健康づくりウォーキング歩数登録方法

STEP❶ アプリをダウンロード

「くうねるあるく+ふせぐ」健康づくりウォーキングに参加するためには、実施期間中の歩数データの登録が必要です。

「App Store」「Google Play」で
「けんこう手帳」と検索して
ダウンロードしてください。

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

※ 本アプリケーションの利用にはパケット通信料がかかります。
※ スマートフォンにてダウンロードを行ってください。
※ App StoreはApple Inc.のサービスマークです。
※ Google Play は Google LLC の商標です。

※ 推奨環境であっても、お客様の機器や設定等により
正常に動作しない場合があります。すべての機器での動作を保証するものではありませんので、予めご了承ください。

Android端末でご利用される場合の注意事項

事前に「Google Fit」のインストールが必要です。

STEP❷ 「くうねるあるく+ふせぐ」への歩数データ送信

iPhone(iOS)の場合

1. アプリを立ち上げ、「HealthKit読込設定」の許可を行います。
「iPhoneヘルスケア」で「けんこう手帳」アプリからのアクセスを許可してください。「ヘルスケア」画面で「歩数」項目をタップして「オン」の設定にし、他項目は「オフ」(許可しない)の設定にしてください。(初回のみの手続き)



2. 同期期間を指定して同期ボタン🔄をタップします。
会員サイトログイン時のID・パスワードを入力の上
「設定」ボタンをタップしてください。
これで歩数の同期設定は完了です。(初回のみの手続き)
※パスワードを変更した場合、
歩数同期の際、再度パスワード入力が求められます。



Androidの場合

1. アプリを立ち上げ、位置情報やGoogleアカウントの許可を設定します。
けんこう手帳のご利用には位置情報・身体活動の権限設定および
Google Fitの接続・歩数連携の全ての許可設定が必要です。
許可設定の際、位置情報は必ず「正確」を選択してください。
「おおよそ」を選択されますと歩数連携ができませんのでご注意ください。



※ 位置情報・身体活動の権限設定で複数回【許可しない】を選択した場合、
その後の起動時に設定が行えずアプリが強制的に終了します。
その場合はアプリの再インストール、アプリストレージの初期化、
もしくはアプリ情報から権限設定内にて許可設定をお願いします。

2. 同期期間を指定して同期ボタン🔄をタップします。
会員サイトログイン時のID・パスワードを入力の上
「設定」ボタンをタップしてください。
これで歩数の同期設定は完了です。(初回のみの手続き)
※パスワードを変更した場合、
歩数同期の際、再度パスワード入力が求められます。



歩数データは、自動送信されません。日々アプリから歩数データの送信を行ってください。

問い合わせ先

バリューHRカスタマーサービス(平日9:30～17:00 土日祝・年末年始除く)
メールアドレス:kuu-neru-aruku@apap.jp

手入力 「くうねるあるく＋ふせぐ」健康づくりウォーキング歩数登録方法

手入力登録の対象者

「くうねるあるく+ふせぐ」健康づくりウォーキングに参加するためには、実施期間中の歩数データの登録が必要です。



対象者
■歩数計などご自身で計測した歩数を登録したい方
■各種該当アプリで同期登録しない方

「くうねるあるく＋ふせぐ」サイト上で
手入力での歩数登録を行うことができます。

「くうねるあるく＋ふせぐ」への入力

1. 「くうねるあるく健康づくりウォーキング」の「マイデータ」から「歩数データを手入力する」ボタンをクリックします。





2. 歩数の手入力ポップアップが表示されます。
各日付の入力ボックスに歩数を入力し、「登録する」ボタンをクリックしてください。
※ 未来日の歩数は入力できません。
※ 歩数の修正を行うときは、
各日付の入力ボックスに歩数を入れ直してください。



3. 登録完了すると、「マイデータ」の画面で歩数が更新されます。
※ データが更新されない場合は、累計歩数の横に設置されている
「更新ボタン」をクリックしてください。



※ 先に手入力の歩数データが登録されていてもアプリ経由でデータが同期された場合は、アプリのデータが優先され、手入力の歩数データは上書きされますのでご注意ください。
※ アプリと「手入力」を併用したい場合は、アプリからのデータ同期の際「日付を指定して登録する」でアプリからのデータ同期をさせなければ、手入力データを維持することは可能です。

本プログラムでは、公平性およびデータの正確性確保の観点から、歩数の同期・登録内容を確認させていただく場合がございます。
手入力によるキリの良い数値での登録や、アプリ・機器連携において極端な歩数が記録されている場合には、
機器の連携不具合等の可能性も含め、データに誤りがないかご確認をお願いすることがございます。予めご了承ください。

なお、不正に登録されたデータだと判断された場合、インセンティブ付与対象外となる可能性がございますのでご注意ください。

問い合わせ先
バリューHRカスタマーサービス（平日9:30～17:00　土日祝・年末年始除く）
メールアドレス：kuu-neru-aruku@apap.jp