



# KENPOSアプリの 設定方法

みんなの健康応援サイト

# KENPOS

■ 問合せ先 (株) イーウェル KENPOS事務局

問合せフォーム

<https://www.kenpos.jp/inquiry>

# 1.KENPOSアプリダウンロード・起動

## KENPOSアプリをダウンロードします

①App Store  または Google Play  で検索

KENPOSアプリ 

### ②QRコードを読み込んでアクセス

#### ▼iPhoneの場合



#### ▼Androidの場合



※Apple、Apple ロゴ、iPad、iPhone、iPod touch は米国および他の国々で登録された Apple Inc.の商標です。AppStoreはApple Inc.のサービスマークです。

※Android、Google Play、Google Playロゴは、Google Inc.の商標です。

© 2026 Renesas Health Insurance Society. All rights reserved.  
※画像はイメージです

### ③KENPOSサイトからアクセス



中略



KENPOSサイトトップページ  
下段、アプリ連携エリアの  
KENPOSアプリのリンクから  
App Store / Google Play  
にアクセス

## 2. KENPOSアプリダウンロード・起動

# アイコンをタップしてKENPOSアプリを起動します



ログイン画面が表示されます。

### 3. 初回ログイン(KENPOSアプリ)

## KENPOSのログインIDとパスワードでログインします

ログイン画面



KENPOSのログインIDとパスワードをご入力ください。

<ログインIDとパスワードがわからない場合>

画面下部の「ログインヘルプ」をタップしてください。  
お問い合わせが多い内容についてご案内しています。

<iPhoneの場合>

通知の許可を確認する画面が表示されます。本アプリではご利用者様へのお知らせをプッシュ通知で送信することがありますので、プッシュ通知を許可する場合は「許可」ボタンをタップしてください。



※iPhoneの場合



使い方（チュートリアル）が表示されるので、画面右下の「次へ」で進んでください

## 4. データ取得設定(KENPOSアプリ)

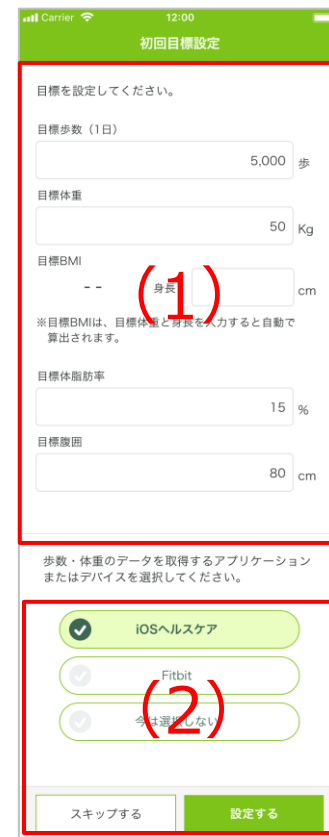
### 目標数値の設定とデータ取得設定を行います



設定画面



データ取得設定画面



① 赤枠内のタブをタップします。

② 「目標・データ取得設定」タブをタップします。

③ (1) 「目標数値」  
(2) 「データ取得」を設定してください。

## 5. データ取得設定(KENPOSアプリ)

### ① 歩数のデータを取得するデバイスを選択します

iOSとAndroidで選択できるデバイスが異なります

#### データ取得設定 (iOS)

歩数・体重のデータを取得するアプリケーションまたはデバイスを選択してください。

☒ iOSヘルスケア

☐ Fitbit

☐ 今は選択しない

iOSヘルスケア と Fitbit が選択可能  
(初期設定は iOSヘルスケア)

#### データ取得設定 (Android)

歩数・体重等のデータを取得するアプリケーションまたはデバイスを選択してください。

☒ ヘルスコネクト

☐ Fitbit

☐ 今は選択しない

ヘルスコネクト、Fitbit が選択可能  
(初期設定は ヘルスコネクト)

## 6. iosヘルスケアの設定方法

<事前にチェック>

iOSヘルスケアアプリに対応していない機種は  
データ取得設定は行えません

### データ取得設定 (iOS)



iOSヘルスケアを選択した  
状態で「設定する」を  
タップ

### iOSヘルスケア設定画面



iOSヘルスケアの設定画面が表示されるので、  
全てのカテゴリまたは連携したいカテゴリを  
オンにして、画面右上の「許可」をタップ

### ホーム画面



### 毎日の記録画面



iOSヘルスケアのデータが  
連携されるようになります

## 7. 歩数がカウントされない場合、再設定したい場合 iosヘルスケア

①iOSヘルスケアアプリがインストールされていることを確認

②KENPOSアプリのデータ取得設定で「iosヘルスケア」を選択

ホーム画面



ホーム左上のアイコンをタップ

設定画面



目標・データ取得設定画面をタップ

目標・データ取得設定画面



iosヘルスケアを選択して「更新する」を  
タップ ※既に選択されていれば更新不要です

③iosヘルスケアの設定を確認

スマートフォンの設定 > ヘルスケア >

データアクセスとデバイス > KENPOSアプリの順でタップ

(設定 > プライバシー > ヘルスケア になっている機種もあります)

iosヘルスケア設定画面



全てのカテゴリまたは連携したい  
カテゴリをオンにして、画面右上  
の「許可」をタップ



## 8. データ取得設定（ヘルスコネクト）

### ヘルスコネクトの設定を行います

Google社の仕様変更に伴い、2026年以降Google Fitからの連携方法が変更になります。

Google Fitをご利用の方は、KENPOSアプリをバージョンアップ後ヘルスコネクト経由での連携に切り替えをお願いします。

<現行の連携方法>



Google Fit



KENPOSアプリ

<変更後の連携方法>



Google Fit



ヘルスコネクト

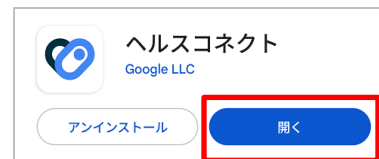


KENPOSアプリ

### ①ヘルスコネクトのインストール（Android14以降はプリインストールされています）

Google Playストアで「ヘルスコネクト」を検索、または下記QRコードを読み取り、ヘルスコネクトのページへ。

未インストールであれば「インストール」をタップ。インストール完了またはインストール済みの場合は「開く」が表示されます。



## 9. データ取得設定（ヘルスコネクト）

### ②Google Fitとヘルスコネクトを連携します



## 10. データ取得設定（ヘルスコネクト）

### ③KENPOSアプリとヘルスコネクトを連携します

データ取得設定

初回目標設定

\*目標BMIは、目標体重と身長を入力すると自動で算出されます。

目標体脂肪率

20.0 %

目標腹囲

50.0 cm

歩数・体重等のデータを取得するアプリケーションまたはデバイスを選択してください。

☒ ヘルスコネクト

☐ Fitbit

☐ 今は選択しない

スキップする

設定する

ヘルスコネクトを選択した状態で「設定する」をタップ

アクセス権限確認画面

KENPOS にヘルスコネクトへのアクセスを許可しますか？

このアプリにヘルスコネクトでの読み取りまたは書き込みを許可するデータを選択します

読み取りアクセス権を付与すると、このアプリは新規データと過去 30 日間のデータを読み取れるようになります

KENPOS でのデータの取り扱いについて、デベロッパの [プライバシー ポリシー](#) でご確認ください

すべて許可 ☒

「KENPOS」に読み取りを許可する

体脂肪 ☒

許可しない 許可

すべて許可または項目を選択して許可をタップ

ホーム画面

これでヘルスコネクトと  
KENPOSアプリの連携完了です。

KENPOSアプリに歩数が連携されることを確認してください  
※反映までに時間がかかることがございます

- ①Google Play 内で検索  
もしくは  
QRコードを読み込みダウンロード

Google Fit

検索



※Android、Google Play、Google Playロゴは、Google Inc.の商標です。

- ②アプリを起動  
連携するgoogleアカウントを選択

1:38

76%



健康で活動的な日々を送  
れるようにアドバイスし  
ます



...e@gmail.com

で続行

続行すると、[利用規約](#)に同意したことになります。  
注: このサービスでのデータの取り扱いについては、  
Google [プライバシー ポリシー](#)に記載されています。ア  
プリの改善に役立てるため、診断データは自動的に  
Google に送信されます。



### 参考 Google Fit のダウンロード

#### ③ご自身の基本情報を入力 次へを入力

1:38 75%

基本情報

この情報に基づいて、Fit はカロリー、距離、運動強度を推定します。また、自分に合ったアドバイスも利用できるようになります。

性別 男性 生年月日 1989/11/10

体重 69.2kg 身長 180 cm

次へ

#### ④アクティビティの記録 オンにするを選択

1:39 75%

アクティビティの記録

バックグラウンドでのウォーキング、ランニング、サイクリングの記録を Fit に許可すると、これらのアクティビティの歩数、距離、カロリー数などの指標を確認できるようになります。

バックグラウンドでの記録を許可するには、アクティビティを認識する権限をアプリに付与する必要があります。時間の経過とともに、これらのデータに基づいて Fit の利便性はカスタマイズされ、アクティビティの認識精度も向上します。

この設定をオフにした場合でも、Fit でワークアウトを手動で記録することはできます。

利用しない オンにする

# 問合せ先

---

(株) イーウェル KENPOS事務局

問合せフォーム

<https://www.kenpos.jp/inquiry>