※Androidをお使いの方は「Google Fit」と「マイME-BYOカルテ」の2つのアプリをダウンロードします。

Part1.Google Fitをダウンロードする

①「Play ストア」から「Google Fit」をダウンロードします。



※または、以下のQRコードを読み込んでください。



②「検索画面」に「Google Fit」と入力します。



### ③「インストール」をタップします。



# ④インストールが完了できたら「開く」ボタンが表示されます。「開く」をタップしてください。



### ⑤Google Fit内に入れたらダウンロード完了です。



### Part 2. マイ ME-BYO カルテをダウンロードする

①「Play ストア」から「マイME-BYOカルテ」をダウンロードしま

す。



②「検索画面」に「マイME-BYOカルテ」と入力したら、先ほどと同様にインストールします。



※または、以下のQRコードを読み込んでください。



③インストール後、「マイME-BYOカルテ」を開いたら「新規登録」をします。



④メールアドレスを入力し、「送信」をタップします。

19.6)
完了 🔒 mymebyo-cm.com ああ 💍
マイME-BŸOカルテ
メールアドレスを入力して、送信ボタンをクリックして ください。
メールアドレス
your_email@kanagawa.jp
メールアドレス確認用
your_email@kanagawa.jp
送信
お問い合わせは こうう © 2019 Kanagawa Prefectural Government.

⑤「閉じる」をタップし、送信されてきたメールのURLをタップします。※メールが確認できない場合は、設定の関係で迷惑メールに入ってしまっている可能性があります。



### ⑥アプリの利用規約を確認し、同意した後、必要事項を記入しま

す。

マイME-BŸOカルテ	
登録内容の入力	14:36 -
5なたの情報を入力し、「次へ」ボタンをクリックして ださい。	利用登録 マイME-BYOカルテをご利用するにあたっては、 利用規約 をご確認のうえ、同意してください。 同意いただける場合は、「利用規約に同意してユー ぜ~ 登録に進む、をクリックレアください。
利用登録 マイME-BYOカルテをご利用するにあたっては、 <u>利用規約</u> をご確認のうえ、同意してください。 同意いただける場合は、「利用規約に同意してユー 「一登録に進む」をクリックしてください。 」 用規約に同意してユーザー登録に進む	<ul> <li>図利用規約に同意してユーザー登録に進む     <li>名前 ●□□     <li>と(漢字)     </li> <li>名(漢字)     </li> </li></li></ul>
	<b>マリガナ</b> (パク・) 名(カナ)
お問い合わせは <u>ことの</u> © 2019 Kanagawa Prefectural Government.	▲生年月日 1000月
	▶ 性別 1000 男性○ 女性○

⑦必要事項を入力後、「次へ」をタップした後、「登録」をタップし ます。※メールアドレスとパスワードはメモに控えておくとログインがスムーズにできます。

パスワード設定ルール ・半角英学と半角数字の両方を含む ・客文字以上12文字以内 ・半角英数字、ハイフン、アンダーバーのみ使用可能	名前
パスワード 📷	フリガナ
パスワード確認用 1971	生年月日
	住別
郵便番号 1000 2310021	メールアドレス
住所 1988	郵便番号
神奈川県横浜市中区日本大通1	住所
* ~	
お問い合わせは © 2019 Kanagawa Prefectural Government.	戻る 登録

⑧「アプリを起動する」をタップし、先ほど登録したメールアドレ スとパスワードを入力し、ログインする。

マイMÊ-BŸOカルテ	マイMĚ-BŸOカルテ	× ログイン
登録の完了 マイME-BYOカルテのユーザ登録が完了しまし		メールアドレス:
アプリを起動する		ログイン
		新規登録 パスワードが分からない方
	既に利用登録されている方はこちら	
	→] ¤グイン	お問い合わせはごちら © 2019 Kanagawa Prefectural Government.
	まだ利用登録されていない方はこちら	
	新規登録	
	利用登録せずに未病指標 (ME-BYO INDEX) を測定したい方はこちら	
お問い合わせは © 2019 Kanagawa Prefectural Government.	▲ 未病指標を測定する	

### ⑨アプリのトップページが表示され、ログイン完了。



## Part 3. マイ ME-BYO カルテと Google Fit を連携させる

①ホーム画面に戻ります。マイME-BYOカルテの方から設定を行います。



②「マイME-BYOカルテ」のアプリを指で長押ししてください。長押 しすると「アプリ情報」が表示されますのでタップしてください。※ら くらくスマホの方は設定が異なります。



③「アプリの情報」に入ったら「身体活動」の項目をタップしま す。



④「身体活動の権限」を「許可」します。許可をしないと歩数が記録されません。



※高齢者・シニア向けスマホは設定が異なります。以下をご覧ください

高齢者・シニア向けスマホの場合 ①スマホ設定画面を表示させます。 [本体設定]-[その他]-[高度な設定]-[メンテナンス用設定] 121:26 801. 121:27 (?) 設定 その他 高度な設定 ◎ 者による使用制限 Ø 日付と時刻 電池の最適化 利用時間、アプリタイマー、おやす 乗換案内 目覚まし 日付と時刻についての設定を行います み時間のスケジュールを管理します ജ 10 ED刷 電池長持ち充電 Google 充電量を抑えることにより、電池の寿命 花ノート 印刷サービスの設定を行います G Googleサービスに関する設定を行 を伸ばす設定を行います 12 3 います 診断データ送信 アプリケーションのオフ スケジュール 本体設定 詳細な診断データを提供して端末の品質 アプリケーションの削除 履歴を表示しない 改善に協力します ダウンロードしたアプリケーション メンテナンス用設定 の削除(アンインストール)を行い 端末情報 ホームカスタマイズ この端末の詳細情報を表 変更内容によっては正常に動作しなくな 自分の電話番号 のその他 るおそれがあるため内容を理解したうえ 高度な設定 その他、詳細な設定を行います でご利用ください 2 [?] 戻る 履歴 戻る 履歴 戻る 履歴 ②アプリの通知設定を開き、通知区分をサイレントからデフォルトへ変更します。 [変更する]-[アプリと通知]-[通知] B C T .... \$221.27 8011... \*\*221:27 ネットワークとインターネ ← アプリと通知 a Wi-Fi、モパイル、データ使用 量、アクセス ポイント この先の設定はメンテナ 0 併せて、 ンス用となり、設定を変 接続済みのデバイス HOPE LifeMark-コンシェルジ 6 更しても正常に動作しな 「ポッフ゜アッフ゜」 Blustooth, NEC い項目もあります。 「バ イブ レーション」 設定を変更しますか? アプリと通知 120 個のアプリをすべて表示 最近使ったアフ のアプリ 「通知ドット」 変更する 通知 「サイレントモート」の例外」 すべてのアプリで ON 21%-残り時間:2日以上 がOFFである場合は、 ャンセル 利用時間 ONへ変更します。 ディスプレイ 電低、スリーブ、フォントサイ デフォルトのアプリ 電話、SMS 戻る 履歴 戻る 履歴

(1) スマホの「設定」アプリをタップ

- (2) 「アプリと通知」をタップ
- (3) 「マイME-BYOカルテ」をタップ
- (4)「権限」(または「許可」等)をタップ

(5)「身体活動」(または「運動データ」)をタップし、「許可する」をタ ップ

### ⑤次に「Google Fit」を開き、右下の2マークをタップします。



⑥「プロフィール」の画面が出てきます。今度は右上の<br/>
⑧をタップしてください。設定画面に入ります。



⑦「接続済みのアプリを管理」をタップし、マイME-BYOカルテと接続できているか確認します。



### ⑧次に「アクティビティに記録」を一度「オフ」にして。再度「オ ン」にします。(青く光っているのが「オン」です。



マイME-BYOカルテとGoogle Fitの連携設定は以上です。 アプリのダウンロード・設定はこれで終わりです。

### Part 4. あつぎ健康チャレンジに参加する

①「マイME-BYOカルテ」のアプリを開きます。一番下にある「今す ぐ参加して、賞品を当てよう!キャンペーン開催中!」をタップしま す。

アレルギー アプリに記	をお視録して	持ちでし こおきま	たら、 しょう	いざと !	いう時	相に備え	τε
6 202	24		月開	カレン	<i>9–</i> <	: 前週	85
9	月 10	11 ()	*	13	κ  1·	金 4	± 15
U	0	0					
歩数グ	77				(参数 現在の1	(目標を言	8定 <sup>9</sup> 5000
<b>歩数グ</b> 10000歩	<b>ラフ</b>				(参数 現在の1	(目標を言	<b>致定</b> 5000
<b>歩数グ</b> 10000歩	57	5557			(歩数 現在の)	目標を言	<b>安定</b> 5000
<b>歩数グ</b> 10000歩 5000歩	77	5557	3172	040	【 <b>歩数</b> 現在の目	目標を書	92定 <sup>1</sup> 5000
<b>歩数グ</b> 10000歩 5000歩 0歩	<b>77</b>	5557	3172	0	歩数 現在のF	(目標を8 3 標価:	927E 1 5000
<b>歩数グ</b> 10000歩 5000歩 0歩	ラフ 193 日	5557 月	3172 火	0 。 水	[歩数 現在のF の 木	(目標を言う評価: )評価: 0 金	設定 <sup>1</sup> 55000 0

### ②あつぎ健康チャレンジの「詳細を見る」をタップします。



### ③希望する特典カテゴリーの「参加する」をタップします。



④「在住・在学・在勤」の中から1つ選択し、「参加要領に同意して 参加する」をタップします。参加申込が完了しました。



アプリのダウンロード・設定・あつぎ健康チャレンジ参加はこれで 終わりです。



※解消できない場合は、『「マイME-BYOカルテ」に関する

お問合せフォーム』から

神奈川県デジタル戦略本部室へ連絡をお願いします。

【QRコードから】



- 【アプリ「マイME-BYOカルテ」から】
- QRコードの読込が難しい方は、次の手順でお問合せください。
- ①アプリ「マイME-BYOカルテ」の画面の右上にある3本線をタップ
- ②「お問い合せ」をタップ
- ③『「マイME-BYOカルテ」に関するお問合せフォーム』をタッ
   プ