

みんなの健康応援サイト KENPOS

ケンポス

KENPOSとは・・・身近な話題から自身の健康問題に気付く「きっかけ」をつくり、健康活動の記録や健康状態を見える化することで「主体性」を生み、職場の仲間と楽しみながら「継続できる」仕組みです。

● KENPOS初回登録の流れ



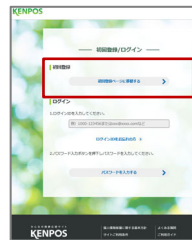
【KENPOS サイトURL】

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

【スマートフォンサイト】

STEP1

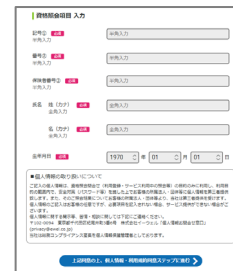
お手元に健康保険証をご用意し、「初回登録ページに移動する」をクリック



(STEP 1 イメージ)

STEP2

保険証記号※、番号※、保険者番号※、氏名、生年月日を入力し、資格照会を行う。
※ 次頁を参照してください。



(STEP 2 イメージ)

STEP3

個人情報の取り扱い・会員利用規約に同意する。

STEP4

メールアドレス、パスワードなど基本情報を入力する。
※メールアドレスは、次回以降ログインするためのログインIDとなります。



(STEP 4 イメージ)

STEP5

入力した基本情報を確認し、「メールを送信する」をクリック。

STEP6

STEP 4で登録したメールアドレス宛にメールが配信されます。
メールに記載されているURLへ24時間以内にアクセスする。
STEP 4で登録したパスワードを入力し、完了！早速目標を立てましょう！



(STEP 5 イメージ)

初回登録、ログイン方法などKENPOSについての問い合わせは、「チャットボット」「よくある質問」または、右記のお問合せフォームから

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

保険証の記号・番号、保険者番号

お手元に保険証をご用意ください。

健康保険被保険者証

本人 (被保険者) 平成**年**月**日交付

記号 * 番号 * * * * * (枝番) xx

氏名 スミトモ タロウ 住友 太郎 性別 男

生年月日 昭和**年**月**日

資格取得年月日 平成**年**月**日

事業所名称 * * * * 株式会社

保険者所在地 大阪府中央区北浜4丁目5番33号

保険者番号・名称 xxx0904 住友商事健康保険組合 ☎06(6220)6172

保険証の記号

- 1 : 住友商事
 - 2 : 住友商事健康保険組合
 - 5 : 特例退職被保険者※
 - 6 : 住友成泉
 - 7 : 日建設計
 - 9 : 任意継続被保険者※
 - 11 : 住商ウェルサポート
- ※上記1・2・6・7・11の退職者

保険証の番号

※ 枝番は、入力不要。

保険者番号

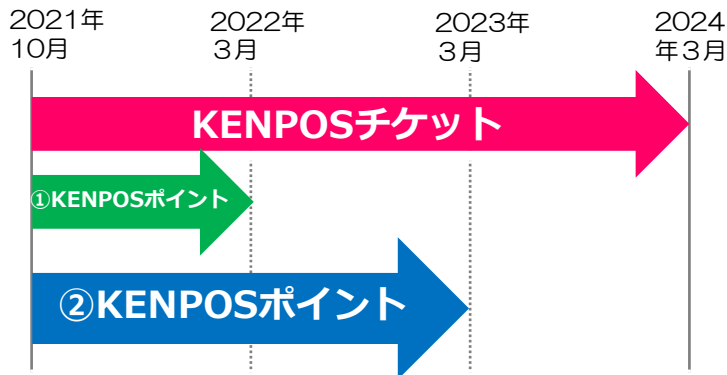
06270904
特例退職者：63270904

KENPOSポイントの商品交換方法

KENPOSで貯まったポイントは、素敵な商品に交換することができます。
日々の健康活動のご褒美に、リフレッシュに！ ぜひご活用ください。



⚠ 有効期限について



KENPOSポイントには2種類あります。

各ポイントの有効期限は、KENPOSサイト内の「ポイント通帳」からご確認いただけます。ご自身の保有ポイントと有効期限を確認しましょう。

- ・① KENPOSチケットから交換したKENPOSポイント
有効期限は付与該当年度の3月末日です。
- ・② 住友商事健康保険組合独自ルールで貯めたKENPOSポイント
有効期限は付与該当年度の翌年度3月末日です。



商品の交換は、トップページの「ランキング・ポイント」⇒「ポイントを交換しよう」からご確認下さい！

手軽に楽しく、健康記録!

メリット1

毎日の
健康記録が
簡単に!

KENPOS アプリ

メリット3

新着
お知らせを
すぐに確認



メリット2

NEW!
アプリ起動
ボーナス

メリット4

KENPOS
サイトに楽々
アクセス



手順はとっても簡単!

1

アプリをダウンロード。

▶ APP Store または Google Play で検索

KENPOS アプリ 検索

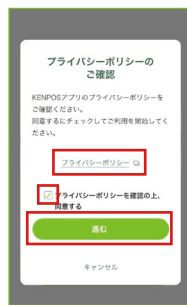
▶ QR コードを読み込んでアクセス



※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。

2

KENPOSアプリのプライバシーポリシーを確認し、「同意する」にチェックして、「進む」をタップ。



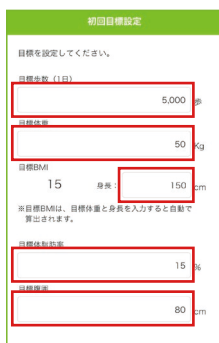
3

KENPOSのログインIDとパスワードを入力し、ログイン。



4

アプリの初回設定をします。目標の数値を入力してください。



5

歩数や体重を取得するデバイスを選択できます。選択終了後、「設定する」をタップしてください。

- iPhone: iOSヘルスケア / Fitbit
- Android: Google Fit / Fitbit



6

設定完了です!

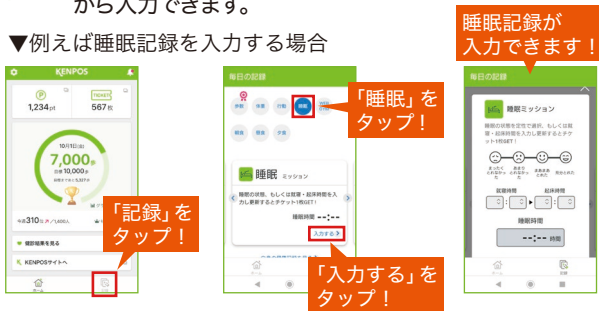


KENPOS アプリで何ができる？

1

各健康記録がアプリから入力できます。歩数、体重の数値はiOSヘルスケア/Google Fit/Fitbitから連携可能です。その他の健康記録はKENPOSサイト同様、ミッションカードから入力できます。

▼例えば睡眠記録を入力する場合



※食事記録は「あすけん」、運動記録は「WEBGYM」との連携が必要です。

2

アプリ起動で「アプリ起動ボーナス」(KENPOSチケット)がもらえます!貯まったチケットをつかってポイントが当たる抽選会に参加可能。ポイントが貯まったら商品と交換できます!



※ご所属の法人・団体により商品ラインナップは異なります。

3

アプリで「お知らせ」を確認できます。新着のお知らせが届いたら、アプリ内でバッジ表示されます。



4

アプリで一度ログインすれば、KENPOSサイトへのアクセスはログインID、パスワードの入力不要。KENPOSサイトへ楽々アクセス!



FAQ (KENPOS の「よくある質問」もご確認ください)

Q KENPOS アプリにログインできません

A KENPOS アプリは、KENPOS サイトと共通のアカウントでログインいただけます。ログインIDがわからない、パスワードがわからない、初回登録状況が不明などの質問は、KENPOS サイトの画面下部にある「よくある質問」でご確認ください。

Q 歩数や体重のデータを他のデバイスから連携したい

A 初回設定の場合は「初回目標設定」、それ以降は「設定」>「目標・データ取得設定」から設定できます。
・iPhone : iOSヘルスケア/Fitbit、Android : Google Fit / Fitbit から選択可能です。
・データ取得設定を希望しない場合は「今は選択しない」を選択してください。後から変更可能です。

Q 歩数がこまめに増えない

A 消費電力を少なくするために、リアルタイムに更新がかからないようになっています。歩数は以下のタイミングで更新されます。
・アプリを立ち上げたタイミング
・ホーム画面を表示したタイミング
・ホーム画面を下に引っ張って更新したタイミング

※推奨環境 : iOS 10 以上、Android 6 以上 ※タブレットや Mac などは動作保証対象外となります。 ※ご所属の法人・団体によっては、ご利用いただけない機能もございます。予めご了承ください。

お問い合わせ先 | KENPOS事務局 <https://www.kenpos.jp/inquiry>

KENPOS サイトの使い方や KENPOS ポイントの商品交換についてのご質問は、下記お問合せ先までお願いいたします。

- ・問い合わせフォームからのお問合せ

<https://ewel.my.salesforce-sites.com/inquiry>

- ・電話でのお問合せ(ナビダイヤル)

0570-057-072

※ナビダイヤルがご利用いただけない場合は、050-3850-5770 をご利用ください。

受付時間 9：30～17：30（休業日：土曜・日曜・祝日・年末年始）

その他、下記「よくある質問」ページや自動チャットもぜひご利用ください。

- ・サイト利用や商品交換に関する FAQ

https://secure.okbiz.okwave.jp/ewel/?site_domain=kenpos