



# 1day 3000 ソーシャル・ウォーク!

**第10弾 企業対抗戦**

**参加者様向けマニュアル**

～ 参加方法と注意事項のご案内 ～



1. 1day3000ソーシャル・ウォーク！概要/チャリティのご案内 (3P~8P)
2. 『企業対抗戦』のご案内 (9P~19P)
3. 『個人戦・自治体別市民対抗戦』のご案内 (20P~23P)
4. ヘルプ/お問い合わせ (24P~26P)

# 1day3000ソーシャル・ウォーク！ 概要/チャリティのご案内



# 1day 3000 ソーシャル・ウォーク！

とは？

「1day3000 ソーシャル・ウォーク！」は、ウォーキングアプリ  
「aruku&(あるくと)」を利用した株式会社ONE COMPATH主催の  
**チャリティーウォーキングイベント**です。

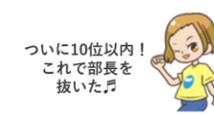
#歩くと社会のためになる をコンセプトとして、  
『自身の健康』と『社会の未来』に目を向ける2週間です。



とは？

(※詳しい遊び方については[こちら](#))

無料！ **200万**ダウンロードを突破した  
ゲーム感覚で遊べる **ウォーキングアプリ**



翌月継続率 **80%** 1日起動数 **6.5回**



※一部アプリ内課金がございます

『1day3000 ソーシャル・ウォーク！』では、以下の3つのイベントを同時開催いたします。いずれもご参加ください！

開催期間：2024/2/7(水)0:00～2024/2/20(火)24:00

### 企業対抗戦



団体名：1day3000第10弾 企業対抗戦

団体コード：1day3000t

9P～を参照して  
『企業対抗戦』に  
ご参加ください！

### 個人戦



団体名：1day3000第10弾 個人戦・自治体別市民対抗戦

団体コード：social

『企業対抗戦』にご参  
加の皆様は、  
是非『個人戦』にも  
ご参加ください！  
(20P～参照)

### 自治体別市民対抗戦



自分の所属する自治  
体(グループ)がある  
場合は、『自治体別  
市民対抗戦』にもご  
参加いただけます！

『1day3000 ソーシャル・ウォーク!』では、YouTube ライブにて開会式・閉会式をオンラインで行います! 奮ってご参加ください!

※YouTubeのURLは追ってアプリ内でご連絡。

※参加は任意。アーカイブ配信も予定。

No.	企画名	対象	内容	日時
1.	開会式	参加者	ルール、賞の発表、チャリティのご説明、注意事項	2024/2/6(火) 12:00~
2.	閉会式	参加者	ウォーキングイベントの結果発表・各賞の発表 チャリティの結果発表	2024/2/28(水) 12:00~

## 開会式 特別セミナー

### ケガなく、効率的な歩き方を伝授! メディカルトレーナーによるウォーキングアップ Supported by THE PERSON

- 筋力、関節の可動域、左右のバランス感覚を事前にチェック!
- 医学的根拠に基づいた今日からすぐ使える基礎知識を伝授!
- 自分の身体のクセや特徴を理解し、運動に取り組もう!



# チャリティについて（寄付金）

『1day3000ソーシャル・ウォーク！』では、#歩くと社会のためになる をコンセプトに、地球環境の保全や子どもの貧困、医療の課題に取り組む団体（※次頁参照）に寄付を実施いたします。寄付金は下記の3つの活動で決まります！皆様のご支援・ご協力をお待ちしております。

（※イベント参加にあたり、寄付は必須ではございません）

## ① クラウドファンディング



2023/12/04(月)～ 2024/02/20(火)

クラウドファンディング「CAMPFIRE」にて、支援金を募ります。aruku&(あるくと)オリジナルTシャツのリターンもあります！

CAMPFIREで寄付をする >

※詳細は2/6の開会式(YouTube)でご説明いたします。

## ② 歩数連動チャリティ



2024/2/07(水)～ 2024/02/20(火)

ウォーキングイベント期間中の参加者の目標歩数達成日数に応じて、寄付金が増加！  
（寄付金は、ワンコンパスが用意。上限あり。）

※詳細は2/6の開会式(YouTube)でご説明いたします。

## ③ ごみ拾い連動チャリティ



2024/2/07(水)～ 2024/02/20(火)

ウォーキングイベント期間中、ごみ拾いを実施！拾ったごみを撮影して、ごみ拾いSNS『ピリカ』上で、ハッシュタグ **#1day3000** をつけて投稿！  
ごみの総量に応じて寄付金が増加！  
（寄付金は、ワンコンパスが用意。上限あり。）

※詳細は2/6の開会式(YouTube)でご説明いたします。

※ 寄付先は以下の4団体です。SDGsの目標ごとに寄付先を選定します。

## 寄付先

### 『すべての子どもたちに輝く未来を残す』

地球環境の保全、子どもの貧困や医療の課題に取り組む団体

- |                 |                        |
|-----------------|------------------------|
| 1. 海の豊かさを守ろう    | ： 公益財団法人 日本財団          |
| 2. 陸の豊かさを守ろう    | ： 公益社団法人 国土緑化推進機構 緑の募金 |
| 3. 貧困をなくそう      | ： 認定NPO法人 フローレンス       |
| 4. すべての人に健康と福祉を | ： 認定NPO法人 ジャパンハート      |



# 『企業対抗戦』のご案内



# 『企業対抗戦』イベント概要

名称	1day3000第10弾 企業対抗戦 (団体コード: 1day3000t)
開催期間	2024/2/7(水) ~ 2024/2/20(火)
参加方法	イベント初日の2/7(水)24時までに aruku& をインストールし、『1day3000t』に参加！ 所属企業のグループを選択したら、あとは歩くだけ！ 詳細な参加方法は、次ページ以降をご確認ください。
基本ルール	5名以上で参加の企業を対象とした“企業対抗戦”です。 企業ごとの『3000歩を達成した日数の平均』で競います。  ※イベント初日中にグループの所属人数が5名に満たない企業はランキングから表示が削除されます。 ご注意ください。
賞について	協賛企業から様々な健康食品・健康グッズなどを上位40団体にプレゼント！  上位40団体に プレゼント! ※画像はイメージです

1

『企業対抗戦』の専用QRコードを読み取る。

※『個人戦』の参加方法は20Pからをご確認ください。

企業対抗戦 専用QRコード



(団体コード: 1day3000t)

aruku&をはじめてご利用される方

QRコードを読み取ると、aruku&のインストール画面に遷移します。  
インストール後、12Pの 2 へお進みください。

※ 対応端末については下記をご確認ください。

aruku&公式サイト  
<https://www.arukuto.jp/>

aruku&ヘルプページ  
[http://help.mapion.co.jp/webview/arukuto\\_help/ga/setting.html](http://help.mapion.co.jp/webview/arukuto_help/ga/setting.html)

既にaruku&をインストール済みの方

QRコードを読み取ると、1day3000の参加画面へ遷移します。  
以降の手順は、13Pの 1 ~ 4 をご確認ください。

※ 上記の画面へ遷移しない場合は、  
17ページの「手動で団体コードを入力する」をご確認ください。

# 『企業対抗戦』の参加方法（会員登録をする）

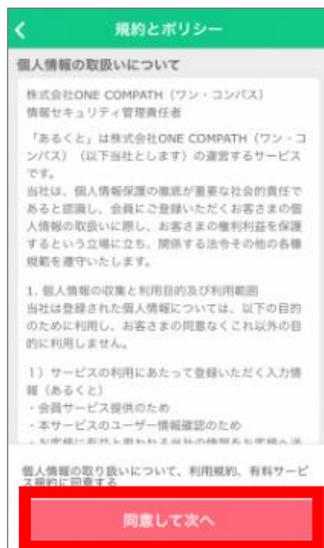
1day 3000  
ソーシャル・ウォーク!

2



アプリを起動し、**【はじめて使う方】**を押す。

3



個人情報取り扱いについて確認/同意のうえ**【同意して次へ】**を押す。

Androidのみ

Android端末をご利用のお客様のみ、**「歩数計測設定画面」**が表示されます。



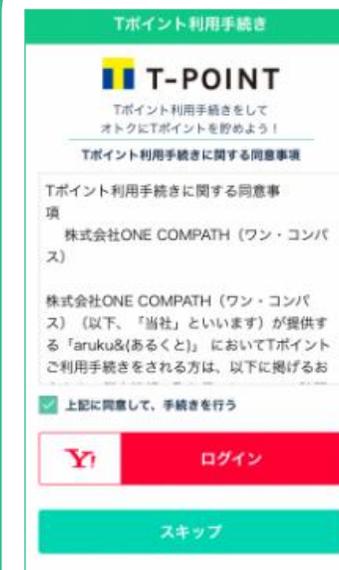
設定後、**4**へお進みください。(14P参照)

4



プロフィールを入力し、**【決定!】**を押す。  
※ニックネームのみアプリ内で公開されます。

5



Tポイントと連携しない・もしくは後で登録したい場合は**【スキップ】**、連携する場合は**【ログイン】**を押し、手続きを行う。

これで会員登録は完了です！  
次の画面から1day3000  
『企業対抗戦』に参加するです！

# 『企業対抗戦』の参加方法（"1day3000t"に参加する）

1day+3000  
ソーシャル・ウォーク!

1

団体専用機能の設定

団体会員認証

団体コードを入力してください

団体コード

1day3000t

キャンセル 次へ

「1day3000t」が入力されていることを確認し、【次へ】を押す。  
※入力されていない場合は手入力をお願いします。

2

団体専用機能の同意

aruku&団体専用機能利用に伴う個人情報の取り扱いについて

下記の団体専用機能の利用に際し、個人情報を第三者提供するための追加通知を定めたものとなります。本通知と「aruku&」の個人情報の取扱いとは相違がある場合、本通知の内容を併せて適用いたします。

1. 個人情報の第三者への提供  
当社が、団体専用機能を提供している「特定非営利活動法人 和学園」に対し、次の情報を提供いたします

同意する

団体参加に伴う情報提供について確認/同意のうえ【同意する】を押す。

3

団体専用機能の設定

団体会員認証

団体名：1day3000第10弾 企業対抗戦

所属会社名（正式名称）**①ご自身が所属されている会社名(正式名称)を入力**

氏名（本名をフルネームで）**②氏名を本名フルネームで入力**

メールアドレス（連絡がとれるもの）**③連絡の取れるメールアドレスを入力**

申請する

各項目を入力し、【申請する】を押す。

4

所属グループを選択してください

ご自身の所属グループ(企業)を選択

OK

ご自身の所属するグループを選択し、【OK】を押す。  
※次の画面で「紹介コード」の画面が表示される方は、【スキップ】を押してください。

これで『企業対抗戦』に参加できたクト!



# 【Androidのみ】インストール時の歩数計測設定

※ 歩数の計測方法は初回設定後も変更可能です。詳細は [こちら](#) をご確認ください。

## Googleアカウントが利用可能な場合



### ■ Google Fit 計測 (推奨)

- (1) 「設定」を押す
- (2) Googleアカウント選択に関するポップアップが表示されたら、「次へ」を押す
- (3) 使用するアカウントを選択し、「許可」を押す

→ 12P④のプロフィール設定画面が表示されます。

※ このとき、既に他端末にて同アカウントを設定していると、歩数に関する警告がでます。

## Googleアカウントを持っていない/使いたくない場合



### ■ aruku&独自計測

- (1) 「Google Fit設定が行えない方はこちら」を押す
- (2) aruku&独自計測設定のポップアップが表示されるので、「設定」を押す

→ 12P④のプロフィール設定画面が表示されます。

# イベントランキングの表示方法

※ イベント開始前は”週間ランキング”が表示されます。2/7(水)0:00になると、自動的に1day3000のイベントランキングに切り替わります。

1



ホーム画面右上の【ランキング】を押す。

2



団体ランキング下の【1day3000 第10弾 企業対抗戦】を押す。

個人ランキング



↓【団体対抗】のタブは使いません

個人ランキングには、  
『参加者ごとの  
3000歩の達成日数』  
が表示される。14日間達成を目指して  
がんばる。クト！



※ 達成日数が同率の場合は、  
総歩数が多い方順に表示されます。

【個人】のタブから1day3000個人ランキングを確認。

## グループ(企業)ランキング



↓【団体対抗】のタブは使いません

グループ(自治体別)ランキングには、  
『"グループメンバーの  
3000歩の達成日数"の平均』  
が表示されるクト。  
平均日数が上位になるように  
みんなでがんばるクト!



【グループ】のタブから1day3000グループ(企業対抗)ランキングを確認。

### ? グループ内ランキングが見れない

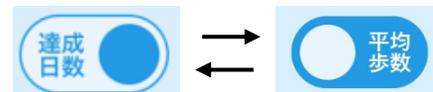
下方に固定で表示されるグループ名からは確認することができません。ランキング上部の『TOP100/自分の順位』ボタンをタップして自社の順位の位置まで移動してから、ランキング上のグループ名をタップしてください。

### ? 表示されていないメンバーがいる

歩数がaruku&に反映されているユーザーのみが表示される仕様となっております。  
また、メンバーが多い場合は『上位100名』と『自分の順位の前後100名』のみ表示可能です。

### ? 歩数も確認したい

ランキング上部のボタンをタップすると、“達成日数”と“平均歩数”を切り替えることができます。



## 手動で「団体コード」を入力し、団体に参加する



- 1 “その他”の中にある【団体に参加・編集】を押す
- 2 【団体に参加】を押して団体コードを入力してください。

## 自分の所属グループを確認する



- 1 “その他”の中にある【団体に参加・編集】を押す。
- 2 所属している団体名が表示されるので、【1day3000第10弾 企業対抗戦】を押す。
- 3 自分の所属グループが表示されるので、変更する場合はリストから再選択する。

## 開会式に参加しましょう！

- 2024/2/6(火)12:00 から、開会式(YouTube)を行います！是非ご参加ください。 ※参加は任意です

## 歩数を反映させましょう！

- 毎日アプリを起動して歩数を確認しましょう！

※ アプリを起動することでaruku&に歩数が反映されます。(最低でも1週間に1度はアプリを起動する必要があります)

※ アプリを起動せずに1週間以上経過してしまった歩数は、aruku&に反映することができません。

- イベント終盤の歩数は、必ず 2/21(水)の正午まで にアプリを起動して反映させてください。

## 楽しく歩きましょう！

- 健康第一！歩数を競うのではなく、みんなで和気あいあい楽しくプレイしましょう。
- 主催者が不正を認めた場合は、イベントから強制脱退となります。

## お知らせをチェックしましょう！

- イベントの諸注意、途中経過、最終結果、健康に関するコラム・動画賞への応募方法などなど様々な情報をお知らせしますので、毎日チェックしてください！

【団体お知らせ】のタブをタップすると、「1day3000第10弾 個人戦・自治体別市民対抗戦」のお知らせ画面へ遷移します。

方法1:  
【ランキング】から確認する

方法2:  
【お知らせ】から確認する

【メールのアイコン】をタップすると、「1day3000第10弾 個人戦・自治体別市民対抗戦」のお知らせ画面へ遷移します。



# 『個人戦・自治体別市民対抗戦』 のご案内



# 『個人戦・自治体別市民対抗戦』イベント概要

1day3000第10弾では、『企業対抗戦』と並行してご参加いただける『個人戦・自治体別市民対抗戦』も開催いたします。是非併せてご参加ください！

名称	1day3000第10弾 個人戦・自治体別市民対抗戦 （団体コード： <a href="#">social</a> ）
開催期間	2024/2/7(水) ~ 2024/2/20(火)
参加方法	イベント初日の2/7(水)24時までに <a href="#">aruku&amp;</a> をインストールし、1day3000の団体に参加して歩くだけ！ 詳細な参加方法は、次ページ以降をご確認ください。
基本ルール	<b>個人戦（個人ランキング）</b> ：3000歩の達成日数で競います。 <b>自治体別市民対抗戦（グループランキング）</b> ：所属メンバー（自治体市民）の3000歩の平均達成日数で競います。
賞について	<b>個人戦</b> ：協賛企業から様々な賞品をプレゼント！ <b>自治体別市民対抗戦</b> ：優勝自治体の参加者様には電子マネーなどのセレクトギフトを抽選でプレゼント！    

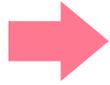
1

『個人戦・自治体別市民対抗戦』の専用QRコードを読み取る。

個人戦・自治体別市民対抗戦  
専用QRコード



(団体コード: **social**)



aruku&をはじめてご利用される方

QRコードを読み取ると、aruku&のインストール画面に遷移します。  
インストール後、12P → 23Pの  ~  の順にお進みください。

※ 対応端末については下記をご確認ください。

aruku&公式サイト  
<https://www.arukuto.jp/>

aruku&ヘルプページ  
[http://help.mapion.co.jp/webview/arukuto\\_help/ga/setting.html](http://help.mapion.co.jp/webview/arukuto_help/ga/setting.html)



既にaruku&をインストール済みの方

QRコードを読み取ると、『個人戦・自治体別市民対抗戦』の参加画面へ  
遷移します。以降の手順は、23Pの  ~  をご確認ください。

※ 上記の画面へ遷移しない場合は、  
16ページの「手動で団体コードを入力する」をご確認ください。

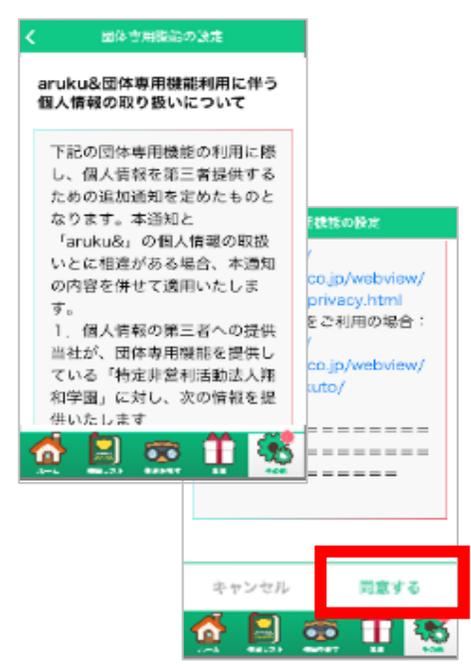
# 『個人戦・自治体別市民対抗戦』の参加方法（“social”に参加する） 1day+3000 ソーシャル・ウォーク!

1



団体コード「social」が入力されていることを確認し、【次へ】を押す。  
※入力されていない場合は手入力をお願いします。

2



団体参加に伴う情報提供について確認/同意のうえ【同意する】を押す。

3



各項目を入力し、【申請する】を押す。

4



自分の所属している自治体がある場合は選択し、【OK】を押す。  
※ない場合は「グループ所属なし」をご選択ください。

# ヘルプ・お問い合わせ



Q. 操作方法がわかりません。

A. 下記のヘルプページをご参照ください。

iOS : <http://help.mapion.co.jp/webview/ios arukuto/index.html>

Android : <https://help.mapion.co.jp/webview/android arukuto/index.html>

※上記はアプリ内の『その他>ヘルプ』からもご確認いただけます。

※『その他>お問い合わせ』からはチャットボットがご利用いただけます。  
是非ご活用ください。



Q. ヘルプを見ても問題が解決しません

A. 下記の窓口からお問い合わせをお願いします。

お客様サポート窓口: <https://www.arukuto.jp/contact/>

※アプリトップ画面からもお問い合わせいただけます。



Q. データを引き継ぎたいです。

A. 機種変更前に以下をご参照のうえ「引き継ぎ用メールアドレス」の登録し、新しい端末で引き継ぎの実施をお願いいたします。

登録/引き継ぎ方法:

<http://help.mapion.co.jp/webview/arukuto help/other/inheriting.html>

Q. 複数の団体(イベント)に参加することはできますか？

A. 最大5つまで同時に参加することができます。

**Q.** ランキングに歩数が反映されません。

**A.** ランキングへの歩数同期がうまくできていない可能性があります。以下の操作をお試しください。

① aruku&アプリをタスクキルし、再度開いてください。

アプリのタスクキル方法:[https://help.mapion.co.jp/webview/arukuto\\_help/qa/taskkill.html](https://help.mapion.co.jp/webview/arukuto_help/qa/taskkill.html)

※ ご利用の端末により操作、画面、文言が異なる場合がございますのでご了承ください。

② ホーム画面左上部の「ミッション」の画面を開いてください。

③ 数分後、改めて歩数の反映をご確認ください。

**また、アプリ起動後1分以内にバックグラウンドに戻した場合、歩数が同期されない場合がございます。併せてご確認ください。**

上記にて解決しない場合はお手数ですが、アプリトップ画面からの「お問い合わせ>上記以外のご質問・ご要望」からご連絡をお願いいたします。

**Q.** aruku&に歩数が反映されません。

**A.** 以下をご確認ください。

## Android

- 省電力モードを使用している場合、歩数が計測できない場合がございます。
- 「aruku&独自計測」をご利用の場合、「GoogleFit計測」への変更をお願いします。
- Google Fitアプリでも歩数が計測できていない場合、端末の設定が正しくない、またはセンサーなど端末自体の不具合の可能性がございます。
- ご利用中のGoogle Fitアプリが最新版ではない場合、アップデートをお願いします。
- 他社の歩数計アプリで計測した歩数は不正防止のため、aruku&には反映しない仕様となっております。

## iOS

- 『ヘルスケア』アプリでも歩数が計測できていない場合は、端末自体の設定等を今一度ご確認ください。
- 他社の歩数計アプリで計測した歩数は不正防止のため、aruku&には反映しない仕様となっております。