

1day3000(ワンデーサンゼン) 第6弾

ご参加いただき皆様へ

～参加方法&注意事項～

参加者マニュアルVer.1.0

1day3000（ワンデーサンゼン）とは？

寒さで運動することが億劫になっていませんか？

aruku&(あるくと) アプリを利用した
企業対抗ウォーキングイベントに参加して
毎日最低3,000歩、運動を習慣化することにチャレンジしましょう！

- 開催期間：2022年2月4日～2022年2月20日の17日間
- ルール：毎日3,000歩以上歩くことにチャレンジします。
- 個人賞：チャレンジを達成された個人の方向けに、
Amazonギフト券などを抽選でプレゼント！
- 企業賞：5名以上で参加された企業のうち上位の企業に
協賛企業から景品をプレゼント！
- 参加費：無料



aruku&(あるくと)とは？

100万人が利用する人気のウォーキングアプリ！

毎日の歩数を記録して様々な賞品に応募出来るアプリで、
楽しみながら、毎日歩くことを習慣化できるアプリです。
aruku&(あるくと)で普段の「歩く」を楽しもう！



今すぐインストール！



1day3000では、豪華賞品をご用意しております！



個人賞は、

17日間

毎日3,000歩を達成した方に、

- 選べる電子マネーギフト
- ミズノ賞
- 伊藤園賞
- ぽたろう賞

などを
抽選でプレゼント！



企業賞は、

各企業ごとの

3,000歩の平均達成日数で
競います。

平均達成日数が上位の企業に
協賛企業から賞品をプレゼント！

※5名以上で参加の企業が企業賞の対象

※4名以下の企業は個人賞のみが対象

※景品は、代表の方に贈られます。分配ください。

参加方法はかんたん！

専用の団体コード『1day3000p』を入力して専用ランキングに参加！
 自社名のグループを選択して、あとは歩くだけ！！（イベント開始日2/4（金）までに要設定）

①インストール



②専用コードを入力



③自社名を選択



④専用ランキング



【専用コード入力画面の表示方法】

- ① トップ画面右下「その他」
 - ② 団体メニューの「団体に参加・編集」
 - ③ 「団体に参加」
- ※参考P12

- ④ 会社名、氏名(本名)を入力後
所属グループで自社名を選択

※参考P13

【専用ランキングの表示方法】

- ① トップ画面右上「ランキング」
 - ② 団体ランキングの「1day3000」を選択
 - ③ “個人”、“グループ”のタブを見る
- ※参考P14

詳細な操作方法を把握したい方は、11ページ以降を参照

※iOS11.0以降対応。iPhone5S以降対応（iPhone5C、iPadシリーズを除く）
 ※Android5.0以降対応（ハードウェアステップカウンター搭載必須。一部端末を除く）

イベント参加にあたってのお願い！

- ① 毎日アプリを起動して歩数を確認しましょう (P7参照)
- ② 2/4(金) の開会式 (ZOOM) にご参加ください (任意)
詳細は追ってご連絡します。
- ③ “団体お知らせ”をチェックしましょう (P8参照)
- ④ 最終日(2/20)は24時までにアプリを立ち上げてください
- ⑤ 使い方がわからないときは、ヘルプをご覧ください (P9参照)
- ⑥ みんなで和気あいあい楽しくプレイしましょう

歩数についての諸注意

○歩数についての諸注意

- 歩数は、アプリを起動するとランキングにその歩数が反映されます。
- 歩数を反映させるために、**最低でも1週間に1回はアプリを起動する必要があります。**
(一週間より以前の歩数は反映ができません。)
- **イベント最終日は、24時に歩数が確定されますので、24時までに必ずアプリを起動して**
歩数を反映させてください。
- [歩数に関するヘルプはこちら](#)

<https://help.mapion.co.jp/arukutoCorporation/help/HowtoUse/Step/step.html>

“団体お知らせ”をチェックしましょう

- 様々な情報をお知らせします。
 - 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

団体お知らせの2つの閲覧方法

お知らせの左上のタブから

ランキングの右上のメールから

The diagram illustrates the following flow:

- From the main app screen, a red arrow points to the top-left tab labeled "団体お知らせ" (Group Notice) in the "最新情報" (Latest Information) screen.
- From this tab, a red arrow points to a notification card for "ドクターズコスメ" (Doctors' Cosmetics).
- From the notification card, a red arrow points to the "お知らせ" (Notice) section of the "1day3000" screen.
- From the "1day3000" ranking screen, a red arrow points to the email icon in the top-right corner, which also leads to the "お知らせ" (Notice) section.

ヘルプ & お問い合わせ

- ・操作方法がわからないときは、“ヘルプ”を参照ください。

iOSの方)

http://help.mapion.co.jp/webview/ios_arukuto/index.html

Androidの方)

http://help.mapion.co.jp/webview/android_arukuto/index.html

- ・解決しない場合は、下記よりお問い合わせください。

<https://www.arukuto.jp/contact/>

- ・対応端末は以下

- iOS11.0以降対応。iPhone5S以降対応（iPhone5C、iPadシリーズを除く）
- Android5.0以降対応
（ハードウェアステップカウンター搭載必須。一部端末を除く）

- [対応端末の詳細はこちら](#)

http://help.mapion.co.jp/webview/arukuto_help/qa/setting.html

- ・機種変更前に「引き継ぎコード」を発行してください

[発行方法はこちら](#)

http://help.mapion.co.jp/webview/arukuto_help/qa/inheritancecode.html

アプリは以下から



付録

詳細なインストール方法や
aruku&の遊び方は、以降のページを参照ください

aruku&(あるくと) を初めてご利用する方の登録方法

1 スマートフォンにウォーキングアプリをダウンロードして、会員登録をしましょう！

1 QRコードを読み取り、アプリをダウンロード！

2 ダウンロード後【はじめる】を押す

3 個人情報取り扱いについて確認し、内容に同意する

4 ニックネームなどプロフィールを登録
ニックネームのみ公開されます。

5 Tポイントの登録
【スキップ】を押して後で登録もできます。

※iOS11.0以降対応。iPhone5S以降対応 (iPhone5C、iPadシリーズを除く)
※Android5.0以降対応 (ハードウェアステッパカウンター搭載必須。一部端末を除く)

2 専用団体に参加しましょう！

7 【団体に参加】を押す

8 団体コード『1day3000p』と入力し【次へ】を押す

9 個人情報の取扱いについて確認し内容に同意。
会社名、氏名を入力し申請。

10 所属グループのプルダウンから自社名を選択します

11 【OK】を押すと団体登録完了！

※企業の代表による事前のお申し込みが必要です。
自社名がない場合は、「グループ所属なし」を選択。

aruku&(あるくと) をすでにご利用中の方の登録方法

① 専用QRコードを読み込みからアプリを立ち上げる



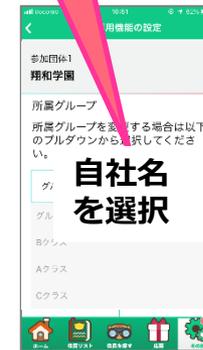
② aruku&が立ち上がり、団体コード「1day3000p」が入力された状態で【次へ】



③ 個人情報の取扱いについて確認し内容に同意。
会社名、氏名を入力し申請。



④ 所属グループのプルダウンから自社名を選択します



⑤ 【OK】を押すと団体登録完了！



※企業の代表による事前のお申し込みが必要です。
自社名がない場合は、「グループ所属なし」を選択。

※すでに『1day3000p』の団体コードを登録済みの方は、④所属グループの選択をお願いします。

※1day3000pの団体コードを登録しようとして

『あなたはすでに団体コード「1day3000p」の団体へ参加済です「136」』と表示されましたら「キャンセル」してください。

※aruku&アプリ「その他」>団体に参加>からも設定もできます。

※ご質問はarukuto-biz-sup@onecompath.comまでお願いいたします。

所属グループの変更方法



1

【その他】を押す



2

【団体に参加・編集】
を押す



3

【1day3000】を押す



4

【所属グループ】
から自社を選択し「OK」を押す

ランキングの表示方法



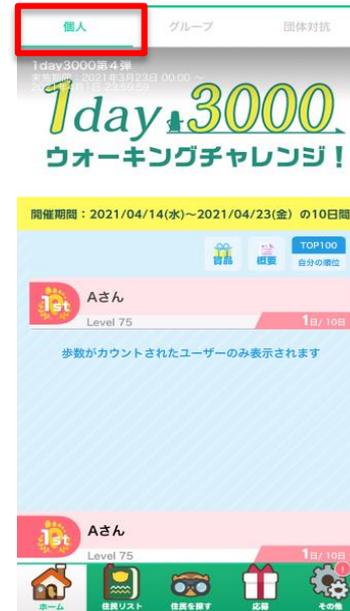
1

【ランキング】を押す



2

団体ランキング下の
【1day3000】を押す



3

1day3000
個人
ランキングをみる

ランキングには3000歩を達成した日数が表示されます
17日になるように
頑張りましょう！
(期間中の歩数が大きい方が
上の方に表示されます)



4

1day3000
グループ
ランキングをみる

グループ（企業）に属するメンバーの
3000歩に達成した日数の平均が表示され
ます
平均日数が上位になるように
会社のみんで頑張りましょう！

※“団体対抗”のタブではなく“グループ”の
タブです。

aruku&の遊び方 ～住民～

『住民の依頼達成』で、さらにおトクで楽しくウォーキングを続けよう！

1. 歩いてウォーキングポイントを貯めよう！



アプリをダウンロードしてプロフィール
入力が終わったら、スマホを持って
歩くだけ。
歩数に応じてウォーキングポイントが
貰えるよ。
常にアプリを起動してなくても大丈夫！

2. 住民の依頼を引き受けよう！

街にいる住民に近づき
話しかけて依頼を
引き受けてみよう！
制限時間以内に
指定された歩数を
歩けば、依頼達成。



3. 依頼達成でお宝カードをゲット！



依頼を達成すると住民
からお礼にお宝カードを
もらえるよ！
賞品ごとに応募に必要な
枚数が異なるよ。
頑張ってお宝カードを集めよう。

4. 応募してプレゼントを当てよう！

お宝カードが集まったら、さっそく応募してみよう！
地域の名産品や様々な賞品が当たるチャンス到来！



画像はサンプルです。実際と異なる場合があります。

さらに詳しい遊び方は、[こちら](https://go.onecompath.com/arukuto_howtoplay)を参照ください https://go.onecompath.com/arukuto_howtoplay