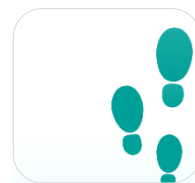


カラダライブ



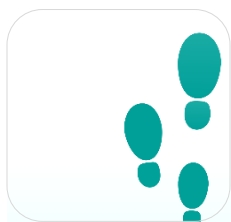
スタートアップガイド (ユーザー画面)

※アプリでの操作になります

はじめに

「カラダライブ」アプリをインストール

QRコード又はアプリ内の検索からダウンロードページに入り、アプリをダウンロードします。



カラダライブ

iPhone



Android



QRコードを読み取れない場合は、
App Store又はGoogle Playより検索！

カラダライブ



1

アプリをインストール後
「開く」を押します。



2

利用者登録



利用者登録画面の情報を
入力してください。

- ・ニックネーム
- ・郵便番号
- ・生年月日
- ・性別
- ・WAON番号

上記の内容を入力後、
利用規約に同意して登録
を押す。

3

プライバシー設定



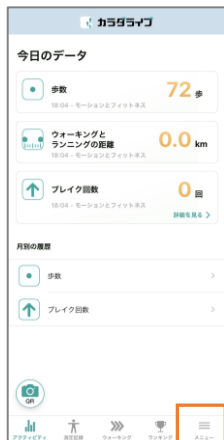
- ・モーションと
フィットネス
- ・ヘルスケア

をそれぞれ設定し
「OK」を押します。

4

ホーム画面

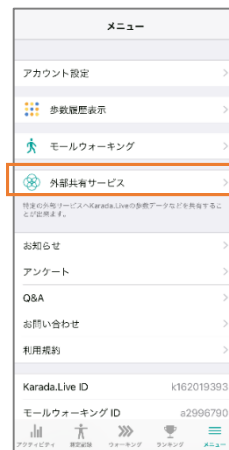
画面右下のメニューボタンを
押します。



5

外部共有サービス

「外部共有サービス」を押す。



6

「共有先サービスを追加」
を押す。



7

ちばしウォーキングポイントを選択し、
ID取得画面でOKを押す。
→アプリを再設定します。



1

アプリをインストール後
「開く」を押します。



2

「確認」を
押します。



3

Google Fitが立ち上がったら
一度Google Fitを閉じて、
カラダライブに戻ります。



4

利用者登録



利用者登録画面の情報を
入力してください。

- ・ニックネーム
- ・郵便番号
- ・生年月日
- ・性別
- ・WAON番号

上記の内容を入力後、
利用規約に同意して
登録を押す。

5

位置情報許可

位置情報（GPS）の許可が表示
されたら「OK」を押し、
Google Fitに登録している
アカウントを選択します。



6

ホーム画面

画面右下のメニューボタン
を押します。



7

外部共有サービス

「外部共有サービス」を押す。



8

「共有先サービスを追加」
を押す。



9

ちばしウォーキングポイントを選択し、ID取得画面で
OKを押す。→アプリを再設定します。



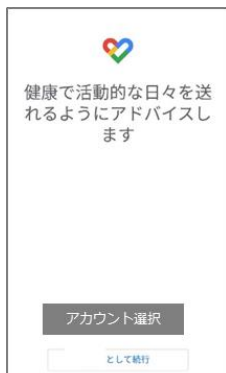
1

アプリをインストール後
「開く」を押します。



2

利用するアカウントを
選択し「続行」を押します。



※ここで選択したアカウントは、
「Karada.Live」で利用するので
忘れないようにお願いします。

3

基本情報登録



- ・性別
- ・生年月日
- ・体重
- ・身長

を入力し
「次へ」を押す。

※必ず登録する
必要はありません。

4

運動量の自動記録について、
「もっと見る」→「オンにする」
を押します。



5

位置情報の使用を
「オンにする」を押します。



6

位置情報のアクセス許可の
ダイアログが表示されたら
「許可」を押します。



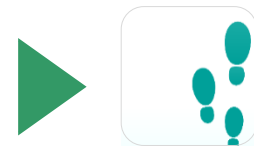
7

健康管理に役立つ2つの目標の
登録へ進みます。
「スキップ」を押します。



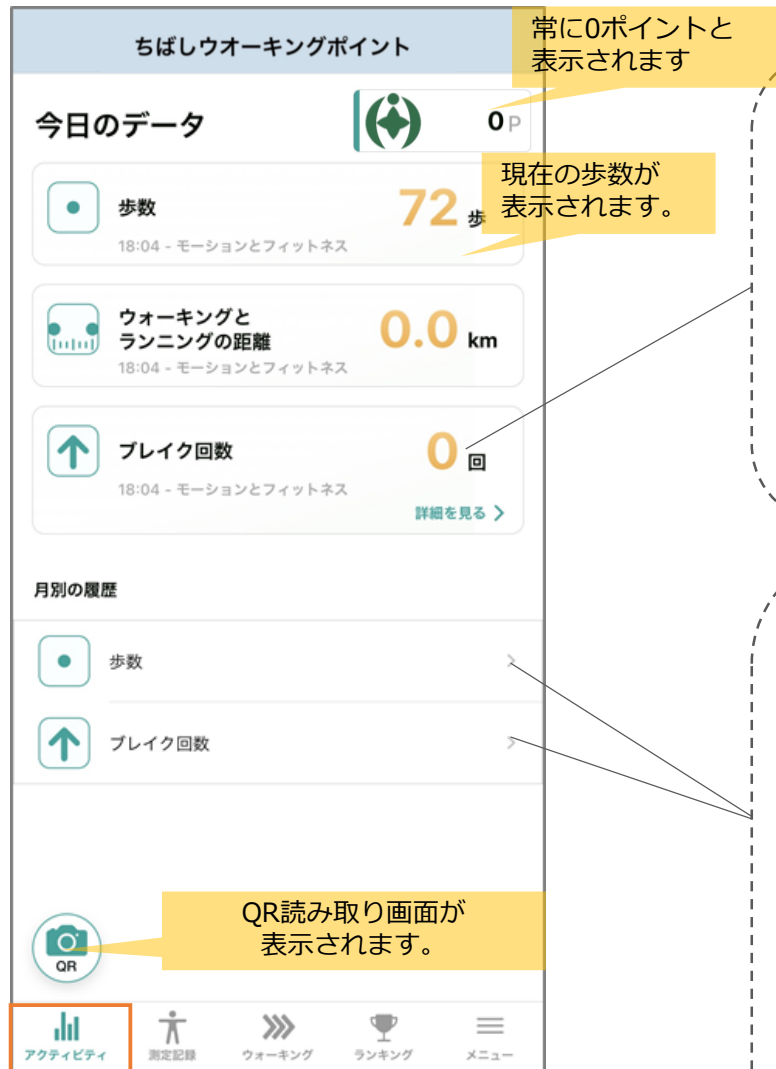
8

ホーム画面に遷移してGoogle Fitの登録は完了
です。
完了後はGoogle Fitを閉じ、カラダライブの
初期登録に進んでください。



カラダライブ

ホーム画面



ブレイク回数

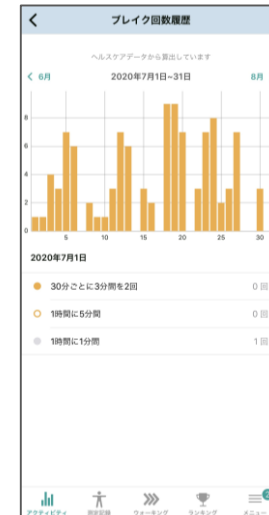
座りすぎ防止として、一定時間に所定の回数、身体を動かした回数をカウントします。



月間の履歴



歩数



ブレイク回数

ホーム画面
(アクティビティ)

測定記録



月別の測定履歴（グラフ）

- 体重
- 体脂肪
- 血圧

それぞれの測定履歴が
閲覧できます。



手動入力

- 体重
- 体脂肪
- 血圧

各測定値を手動で入力。
（記録は1日1回）

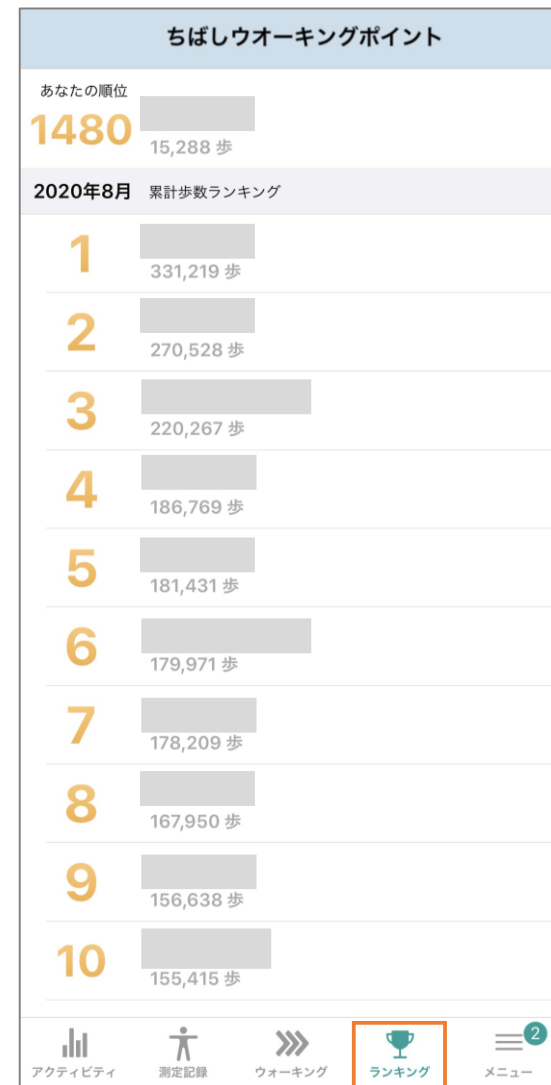


トレーニング

トレーニング名	モード	鍛えられる部位
スクワット	初心者・標準	太もも・お尻
ランジ	初心者・標準	お尻・太もも
カーフレイズ	立位・座位	ふくらはぎ

※強度（モード）・回数・セット数の変更は
設定変更より行ってください。

ランキング



ランキング

測定記録

メニュー



メニュー

アカウント設定



目標歩数設定



トレーニング



モールウォーキング



外部共有サービス



特定の外部サービスへKarada.Liveの歩数データなどを共有することが出来ます。

お知らせ

1



アンケート

1



Q&A



お問い合わせ



利用規約



Karada.Live ID

k561224570

モールウォーキング ID

未設定

アプリバージョン

50

引き継ぎコード発行

発行済み



アカウント設定

登録情報を変更することができます。

トレーニング

各種目の難易度、回数やセット数を変更することができます。

お知らせ

お知らせやアンケートが通知されます。

お問い合わせ

何かご質問がありましたら、こちらからお問い合わせください。

引継ぎコード発行

スマートフォンを買い替える前に、必ずこちらから「引継ぎコード」を発行してください。

メニュー