kencom（けんこむ）ウォーキングイベント

「みんなで歩活（あるかつ）」よくあるご質問（FAQ）

エントリーから結果発表まで、分からないことはここで確認できます

このFAQの使い方

① 下の「目次」で知りたい質問を探します（右端の数字はページ番号です）。
② 質問の文字を押す（クリックする）と、答えのページに移動します。
③ 各章の終わりにある「▲目次に戻る」を押すと、目次に戻れます。
※スマートフォンでは、画面を拡大してお読みいただけます。

目次

「みんなで歩活」の基本

Q1．「みんなで歩活（あるかつ）」とは、どのようなイベントですか。 3
Q2．イベントはどのような流れで進みますか。 3
Q3．1日の目標歩数はありますか。 3

エントリー（参加の申込み）について

Q4．どのように申し込みますか。 3
Q5．「表示名」とは何ですか。後から直せますか。 4
Q6．エントリーを取り消すことはできますか。 4
Q7．「歩活にエントリー」のボタンが見当たりません。エントリー期間が過ぎた場合は参加できませんか。 4

チームについて

Q8．チームで参加する方法を教えてください。 4
Q9．チームは何人まで入れますか。 5
Q10．チームを作るとき、どのようなきまりがありますか。 5
Q11．「チームコード」とは何ですか。どこで確認できますか。 5
Q12．「チーム人数がいっぱいです」と表示されました。2つ以上のチームに入れますか。 5
Q13．入ったチームを抜けたい、別のチームに移りたいです。 5
Q14．「チーム設定」では何ができますか。誰が操作できますか。 6
Q15．チームに2人以上集まらなかった場合、どうなりますか。 6

一人で参加する場合

Q16．チームを組まずに、一人で参加できますか。 6
Q17．一人で参加した場合、使えない機能はありますか。 6
Q18．チームのメンバーが抜けて、一人になりました。 6

本戦が始まってからの参加（途中参加）

Q19．本戦が始まった後からでも参加できますか。 7
Q20．途中から参加した場合、歩数はいつから数えられますか。 7
Q21．本戦期間中に、チームを作ったり、メンバーを追加したりできますか。 7

Q22．本戦期間中に、チームを抜けたり、移ったり、解散したりできますか。 7
Q23．途中参加で、かつ一人で参加した場合、画面はどうなりますか。 7

本戦期間中の画面の見方

Q24．「チームページ」では何が分かりますか。 8
Q25．「マイページ」では何が分かりますか。 8
Q26．歩数はどのように記録されますか。 8
Q27．「コメントスタンプ」とは何ですか。 8

ランキングについて

Q28．ランキングにはどのような種類がありますか。 9
Q29．ランキングはいつから見られますか。いつ更新されますか。 9
Q30．平均歩数や「スコア」はどのように計算されますか。 9
Q31．歩数やスコアが同じ場合、順位はどう決まりますか。 9
Q32．自分や自分のチームの順位は、どこで確認できますか。 9

歩数の入力期限・集計・結果発表

Q33．歩数の入力はいつまでにすればよいですか。期限を過ぎたらどうなりますか。 10
Q34．「ただいま集計中です」と表示されて、画面が見られません。 10
Q35．最終の結果はどこで見られますか。 10

その他・困ったとき

Q36．チラシやパンフレットなどと、自分のスマートフォンの画面が少し違います。 10
Q37．「一人参加」や「途中参加」ができるかどうかは、どこで分かりますか。 10
Q38．家族や友人を誘いたいです。 11

「みんなで歩活」の基本

Q1　「みんなで歩活（あるかつ）」とは、どのようなイベントですか。

A　kencom（けんこむ）のアプリで行う無料のウォーキングイベントです。毎日歩いた歩数を、チームや個人で競い合います。チームで参加すると、全員の歩数を合わせて日本地図を鹿児島から北海道へ進む「日本縦走」も楽しめます。

Q2　イベントはどのような流れで進みますか。

A
1. **エントリー期間（約1か月）**：参加を申し込み、チームを作ったり入ったりします。
2. **本戦期間（約1か月）**：毎日歩いて、歩数を競います。
3. **歩数入力期限**：本戦終了日から3日後（72時間後）までに歩数を入力します。
4. **集計期間（約3〜4営業日）**：順位は見られません。
5. **結果発表期間**：最終の順位が発表されます。

※期間は目安です。それぞれの日付は、お知らせや「みんなで歩活」の画面でご確認ください。

Q3　1日の目標歩数はありますか。

A　1日**8,000歩**が目安です。チームページの歩数バーは、黄色＝8,000歩以上、赤色＝4,000歩以上8,000歩未満、青色＝4,000歩未満で色が変わります。

▲目次に戻る

エントリー（参加の申込み）について

Q4　どのように申し込みますか。

A
1. kencomアプリの「ホーム」画面にある**「みんなで歩活」のバナー（横長の画像）**を指で軽く押します。
2. ピンク色の**「歩活にエントリー」**のボタンを押します。
3. 歩活で使う「表示名」を入力し、「確認」を押すと完了です。

Q5 「表示名」とは何ですか。後から直せますか。

A イベントの画面で、ほかの参加者に見える「あなたのお名前」です。チームページやランキングに表示されます。

- 20文字以内。絵文字は使えません。記号や特殊な文字は正しく表示されないことがあります。
- チーム名ではなく、「あなたのお名前」を入れてください。
- 本名など個人が特定できるものや、他人を不快にするものは禁止です。該当すると表示されなくなることがあります。
- **登録した後に変えることはできません。**「確認」を押す前によく確かめてください。

※国民健康保険の方は、資格情報のカナ氏名が最初から入力されています。所属する団体のきまりに従って入力してください。

Q6 エントリーを取り消すことはできますか。

A 一度エントリーすると取り消せません。エントリーのボタンをもう一度表示させることもできません。

Q7 「歩活にエントリー」のボタンが見当たりません。エントリー期間が過ぎた場合は参加できませんか。

A ボタンが見当たらないときは、**すでにエントリーが済んでいる**か、**受付期間ではない**ことが考えられます。チームページやマイページが表示されていれば、エントリー済みです。

エントリー期間が過ぎても、所属する団体が「途中参加できる」設定にしている場合は本戦期間中にエントリーできます。くわしくは「途中参加」をご覧ください。

▲目次に戻る

チームについて

Q8 チームで参加する方法を教えてください。

A エントリー完了の画面から、次の3つのうちどれかを選びます。

1. **自分でチームを作成する**：自分が最初のメンバーとなってチームを作ります。
2. **知り合いが作ったチームに入る**：教えてもらった「チームコード」を入力して入ります。
3. **誰でも加入できるチームに入る**：一覧（作成日が新しい順）から選んで入ります。

Q9 チームは何人まで入れますか。

A **2人以上10人まで**です。11人以上のチームは作れません。1人だけのチームは、チームとしては本戦に参加できません。

※最少人数は団体の設定によって異なる場合があります。

Q10 チームを作るとき、どのようなきまりがありますか。

A

項目	きまり
チーム名	15文字以内。記号・絵文字可。同じ団体内で同じ名前は使えません（全角・半角、大文字・小文字は別の名前として扱います）。
意気込み	30文字以内。記号・絵文字可。
参加スタイル	「ゆるっと」「こつこつ」「がっつり」から選びます。
加入条件	**誰でも歓迎（公開）**＝一覧に表示され、誰でも入れる／**知り合いに限定（非公開）**＝一覧に表示されず、チームコードを知っている人だけ入れる。

チーム名・意気込み・参加スタイルは本戦期間中も変更できます。加入条件はエントリー期間中のみ変更できます。

Q11 「チームコード」とは何ですか。どこで確認できますか。

A チームごとに割り当てられた英数字の番号で、知り合いを招待するときに使います。チーム作成直後の「新しくチームを作りました！」の画面に表示され、「コピーする」でメールなどに貼り付けられます。チームに入りたい方は、すでに入っているメンバーから教えてもらってください。

Q12 「チーム人数がいっぱいです」と表示されました。2つ以上のチームに入れますか。

A そのチームは上限（10人）に達しています。ほかのチームに入るか、新しくチームを作ってください。

1人が入れるチームは1つだけです。チームを2つ以上作ることもできません。

Q13 入ったチームを抜けたい、別のチームに移りたいです。

A **エントリー期間中**は、「チーム設定」の「チームから脱退する」で抜けて、別のチームに入ったり新しく作ったりできます。抜けてもほかのメンバーに通知はされません。

本戦期間中は、原則として抜けたり移ったりできません。くわしくは「途中参加」をご覧ください。

Q14 「チーム設定」では何ができますか。誰が操作できますか。

A エントリー期間中は、メンバーであれば誰でも操作できます。

- **基本設定を編集する**：チーム名・意気込み・参加スタイルの変更（本戦期間中も可）
- **メンバーを脱退させる／チームから脱退する／チームを解散する**（解散するとメンバー全員が「チーム未所属」になります）

いずれも、ほかのメンバーへの通知はありません。一人参加の方には表示されません。

Q15 チームに2人以上集まらなかった場合、どうなりますか。

A

- **一人参加ができる団体**：自動的に「一人参加」となり、個人として本戦に参加できます。
- **一人参加ができない団体**：本戦に参加できず、個人ランキングも表示されません。エントリー期間中に2人以上のチームに入ってください。

▲目次に戻る

一人で参加する場合

Q16 チームを組まずに、一人で参加できますか。

A 所属する団体が「一人参加ができる」設定の場合は参加できます。「歩活にエントリー」を押して表示名を登録すれば完了で、チームを選ぶ必要はありません。

※エントリー完了後に「チームで参加したい方は次に進みましょう」と表示されれば、一人参加ができる団体です。

Q17 一人で参加した場合、使えない機能はありますか。

A チームページ、チーム設定、チームのランキング（平均歩数・スコア）、コメントスタンプは使えません。マイページと**個人平均歩数ランキング**はご覧いただけます。

Q18 チームのメンバーが抜けて、一人になりました。

A 一人参加ができる団体では自動的に「一人参加」となります。できない団体では本戦に参加できないため、エントリー期間中にほかのチームへ入り直してください。

▲目次に戻る

本戦が始まってからの参加（途中参加）

Q19 本戦が始まった後からでも参加できますか。

A 所属する団体が「途中参加できる」設定にしている場合は参加できます。手順はエントリー期間中と同じで、本戦期間中も「歩活にエントリー」のボタンが表示されます。本戦期間中にkencomに新しく登録した方も参加できます。

Q20 途中から参加した場合、歩数はいつから数えられますか。

A 参加した日からではなく、**本戦の初日から**の歩数がすべて対象です。平均歩数は「本戦期間中の合計歩数 ÷ 本戦期間の日数」で計算するため、参加前の日の歩数が記録されていないと平均歩数が低くなります。

※歩数を手で入力している方は、参加前の日の歩数もkencomに記録されているかご確認ください。

Q21 本戦期間中に、チームを作ったり、メンバーを追加したりできますか。

A どちらもできます。「誰でも歓迎」のチームも、チームコードで入るチームも、本戦期間中に新しいメンバーを迎えられます。

Q22 本戦期間中に、チームを抜けたり、移ったり、解散したりできますか。

A

- **チームが最少人数（2人）以上の場合**：抜ける・抜けさせる・解散は**できません**。メンバーの追加だけができます。
- **最少人数に達していない場合**：抜ける・抜けさせる・解散のいずれもできます。

本戦期間中に別のチームへ移ることはできません。

Q23 途中参加で、かつ一人で参加した場合、画面はどうなりますか。

A チームページは表示されますが、本戦期間中のチームランキングは表示されません。

▲目次に戻る

本戦期間中の画面の見方

Q24 「チームページ」では何が分かりますか。

A

- **今日・昨日のチーム平均歩数**：ボタンで切り替えます。
- **メンバーごとの歩数**：バーの長さと色で表示。名前を押すとその方のマイページが見られます。
- **日本地図**：チームの総歩数に応じて鹿児島県から北海道へ進みます。ゴールまでの歩数は「メンバー数 × イベント日数 × 8,000歩」です。
- **チームの成績**：総歩数、平均歩数、スコア、順位。
- **最近のチーム内のコメント**：メンバー同士のコメントスタンプ。

「グラフ表示」は平均歩数、「データ表示」はスコアを表します。一人参加の方には表示されません。

Q25 「マイページ」では何が分かりますか。

A

- **イベント期間の平均歩数**と**8,000歩達成日数**（達成日数／経過日数）
- **グラフ**：直近1週間の歩数。「前の週」「次の週」で切り替えられます。
- **最近もらったコメント**（一人参加の方には表示されません）
- **あなたの意気込み**：「意気込み編集する」からいつでも変更できます。

Q26 歩数はどのように記録されますか。

A kencomに記録された歩数が、そのまま歩活の歩数になります。歩数を手で入力している方は、「歩数を登録」のボタンから入力できます。

Q27 「コメントスタンプ」とは何ですか。

A チームのメンバーに送る応援メッセージで、「おつかれ」「いいね！」など63種類から選べます。チームページの吹き出しマーク、またはメンバーのマイページから送れます。

- 1人のメンバーに1日5回まで。一度送ると取り消せません。
- 本戦期間、歩数入力期限まで、結果発表期間に送れます。
- 一人参加の方は使えません。

「あなたにコメントがN件届いています」と表示されたら、マイページの「最近もらったコメント」で確認できます。

▲目次に戻る

ランキングについて

Q28 ランキングにはどのような種類がありますか。

A

ランキング	内容	見られる方
チーム平均歩数	メンバー1人あたりの平均歩数で競います。	チーム参加
チームスコア	チームの通算スコアで競います。	チーム参加
個人平均歩数	個人の平均歩数で競います。	全員

チーム参加の方は「平均歩数部門」「スコア部門」で切り替えられ、チームのランキングの下に個人のランキングが表示されます。

Q29 ランキングはいつから見られますか。いつ更新されますか。

A 本戦開始日の**翌日**から見られます。歩数は毎日深夜に集計され、翌日に更新されます（今日歩いた分は翌日に反映されます）。

Q30 平均歩数や「スコア」はどのように計算されますか。

A **個人の平均歩数**＝本戦期間中の総歩数 ÷ 本戦期間の日数
チームの平均歩数＝メンバー全員の総歩数 ÷ 本戦期間の日数 ÷ メンバー数

スコアは1歩＝1スコアで、**1日に獲得できるのは8,000まで**です。チームスコアはメンバー全員のスコアの合計（通算スコア）です。メンバー全員が毎日こつこつ歩くことが大切な仕組みです。

※途中参加のメンバーがいる場合、歩数の記録がない日も日数に含まれるため、平均歩数は低くなります。

Q31 歩数やスコアが同じ場合、順位はどう決まりますか。

A

- **チーム平均歩数**：人数が多いチームが上位。同じなら作成日が早いチームが上位。
- **チームスコア**：平均歩数が多いチームが上位。同じなら作成日が早いチームが上位。
- **個人平均歩数**：早くエントリーした方が上位。

Q32 自分や自分のチームの順位は、どこで確認できますか。

A ランキング画面の上部に「自分の順位」「自チームの順位」が表示されます。最初の画面は上位10位までですが、「自分（自チーム）のランキング付近を見る」を押すと前後100位まで見られます。「チーム検索」でチーム名から探すこともできます。

▲目次に戻る

歩数の入力期限・集計・結果発表

Q33 歩数の入力はいつまでにすればよいですか。期限を過ぎたらどうなりますか。

A 本戦終了日から**72時間後（3日後）**までです。期限を過ぎて入力した歩数はマイページには反映されますが、**ランキングの結果には反映されません**。

この期間、チームページとマイページは見られますが、ランキングページは「ただいま集計中です」と表示されます。

Q34 「ただいま集計中です」と表示されて、画面が見られません。

A 結果を集計している期間です。チームページ、マイページ、ランキングページのいずれも「ただいま集計中です」と表示されます。発表の日付は同じ画面に表示されていますので、しばらくお待ちください。

Q35 最終の結果はどこで見られますか。

A 結果発表期間に、ランキングのページで見られます（チーム参加の方は3種類、一人参加の方は個人平均歩数ランキング）。チームページの「チームの成績」も確認できます。結果発表期間中はコメントスタンプも送れますので、「お疲れ様でした」「祝ゴール」で締めくくりましょう。

▲目次に戻る

その他・困ったとき

Q36 チラシやパンフレットなどと、自分のスマートフォンの画面が少し違います。

A アプリの画面は改善のため一部変更されることがあります。お手元の画面を優先してご確認ください。

Q37 「一人参加」や「途中参加」ができるかどうかは、どこで分かりますか。

A 所属する団体（自治体や健康保険組合など）の設定で決まっています。団体からのお知らせやイベントの案内をご確認ください。

Q38 家族や友人を誘いたいです。

A 同じ団体でkencomをお使いの方なら一緒に参加できます。相手にも「歩活にエントリー」をしてもらい、あなたのチームの「チームコード」を伝えて「知り合いが作ったチームに入る」から入力してもらってください。加入条件が「誰でも歓迎」なら、一覧から直接入ってもらうこともできます。

▲目次に戻る