

「みんなで歩活（あるかつ）」

目次

1. 機能説明～エントリー期間～	
(1) エントリー方法	2-3
(2) チーム参加方法	
・ 自分でチームを作成する	4-5
・ 知り合いが作ったチームに入る	6
・ 誰でも加入できるチームに入る	7
(3) 一人参加方法	8
(4) チーム設定	9
2. 途中参加機能の追加について	10
3. 機能説明～本戦期間～	
(1) チームページ	11-12
(2) マイページ	13
(3) コメントスタンプ	14-15
(4) チーム平均歩数ランキング	16
(5) チームスコアランキング	17
(6) 個人平均歩数ランキング	18
4. 機能説明～歩数入力期限～	19
5. 機能説明～集計期間～	20
6. 機能説明～結果発表期間～	21
途中参加についてのご質問・FAQ	22
更新履歴	23

「みんなで歩活（あるかつ）」

1. 機能説明～エントリー期間～

（1）エントリー方法

1. ホームタブの「みんなで歩活」バナーをタップ（PCはトップページのバナーをクリック）
2. 「歩活にエントリー」を押下してエントリー完了

注意事項

- 1度エントリーすると、エントリーをキャンセルすることはできません。また、再度エントリーボタンを表示させることはできません。



エントリーボタンを押すと、歩活で使用する表示名の入力が求められます。

ご所属の団体からの指示に従って設定してください。

表示名のご登録後は修正はできませんのでご注意ください。

▶次ページに続く

「みんなで歩活（あるかつ）」

1. 機能説明～エントリー期間～

（1）エントリー方法 ～歩活で使用する表示名設定～

2024春の歩活より、表示名の変更が可能となりました。

まずは、
イベントページに掲載される表示名を決めよう！

**歩活で使用する表示名を
入力してください**

歩活での表示名（あなたのお名前）を入力

①

ケンコウタロウ

表示名は参加者に公開され、
登録後の表示名変更はできません

- 健康保険の資格情報に記載のカナ氏名が初期表示されています
- 表示名については、ご所属の団体のルールに従って入力してください
- 表示名は20文字以内（全角・半角問わず）、絵文字は利用不可
記号や機種依存文字は正常に表示されない場合があります
- 表示名（あなたのお名前）はチーム名とは異なります。チーム名は入力しないでください。

▶ ご参加にあたっての注意事項

※ 注意事項をご確認ください

②

▶ 確認

【禁止事項について】
禁止事項に該当すると判断した場合、表示名を非表示にさせていただく可能性があります
※ 他人を不快にするものや、公序良俗に反するもの

- ・ エントリーボタンを押すと、歩活で使用する表示名の入力が求められます。
- ・ 絵文字はご利用いただけません。また、記号や機種依存文字は正常に表示されない場合がございます。
- ・ 表示名のご登録後は修正はできませんのでご注意ください。
- ・ その他、注意事項をご確認いただき、ご所属の団体からの指示に従って設定してください。

※画面イメージは一部変更になる可能性があります。予めご了承下さい。

「みんなで歩活（あるかつ）」

1. 機能説明～エントリー期間～ (2) チーム参加方法

■ 自分でチームを作成する

エントリーが完了すると、下記文言が表示されます。

一人参加不可組合・自治体：エントリー完了！次は参加するチームを選びましょう

チームに所属しないと、イベントへ参加することはできません。

一人参加可能組合・自治体：エントリー完了！チームで参加したい方は次に進みましょう

The image shows two screenshots of the 'みんなで歩活' app interface. The left screenshot shows the '自分でチームを作成する' (Create your own team) option selected. The right screenshot shows the team name input field, team spirit input field, and team participation style selection.

①

②

③

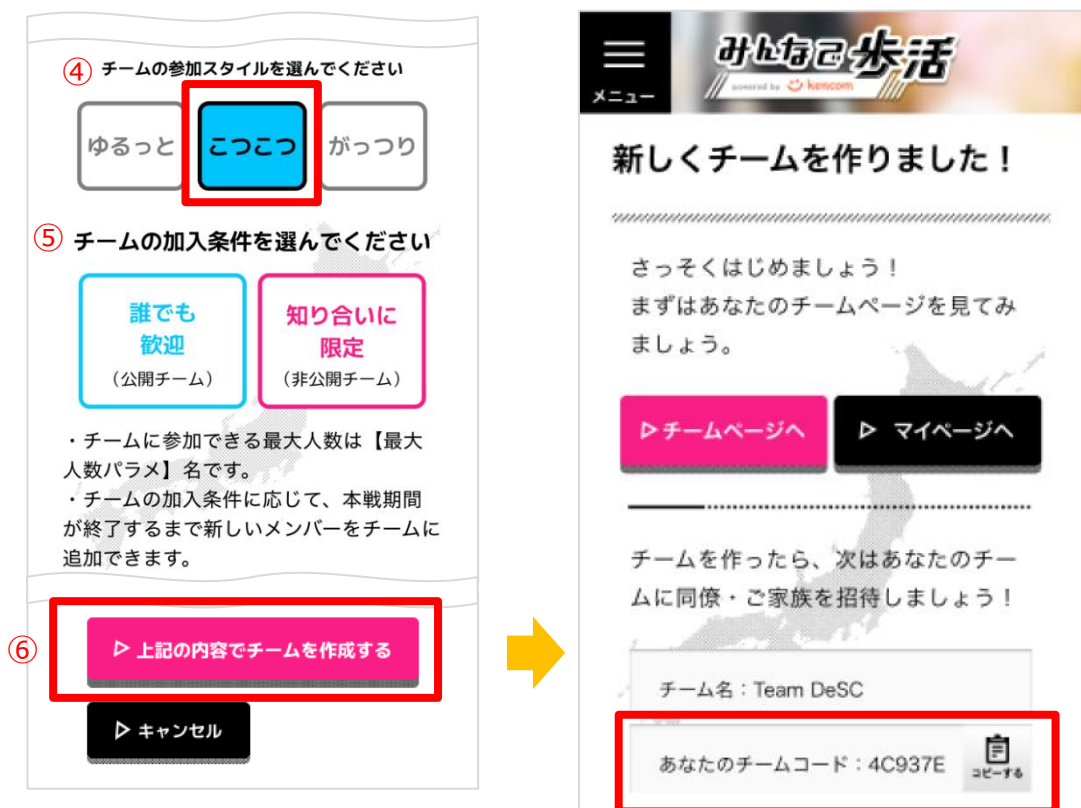
1. 「自分でチームを作成する」を選択
2. チーム名を入力
 - ・文字制限15文字
 - ・記号OK、絵文字OK
 - ・同組合・自治体内で同じチーム名は登録できません。
※半角・全角の判別有（KENCOMチームとkencomチームは別チーム名と判別）
 - ・エントリー期間、本戦期間は変更可能
3. チームの意気込みを入力
 - ・文字制限30文字
 - ・記号OK、絵文字OK
 - ・エントリー期間、本戦期間は変更可能

▶次ページに続く

※画面イメージは一部変更になる可能性があります。予めご了承下さい。

「みんなで歩活（あるかつ）」

1. 機能説明～エントリー期間～ (2) チーム参加方法



4. チームの参加スタイルを選択

- ・エントリー期間、本戦期間は変更可能

5. チームの加入条件を選択

誰でも歓迎：チーム一覧に表示され、誰でもチームに入ることが可能

知り合いに限定：チーム一覧に表示されず、チームコードを共有して招待

- ・エントリー期間は変更可能

6. 「上記の内容でチームを作成する」でチーム作成完了

チーム作成完了後、チームコードが発番されるので参加してもらいたい方にお伝えください。

注意事項

- ・複数のチームを作成することはできません
- ・11人以上のチームを作成することはできません
- ・エントリー期間中のみ、既にチームに加入している場合は、チームを脱退し、新規でチームを作成することができます
- ・一人参加可能組合・自治体：一人での本戦には参加が可能ですが、チームで参加される場合は最小チーム人数に達するまで本戦に参加できません

「みんなで歩活（あるかつ）」

1. 機能説明～エントリー期間～

（2）チーム参加方法

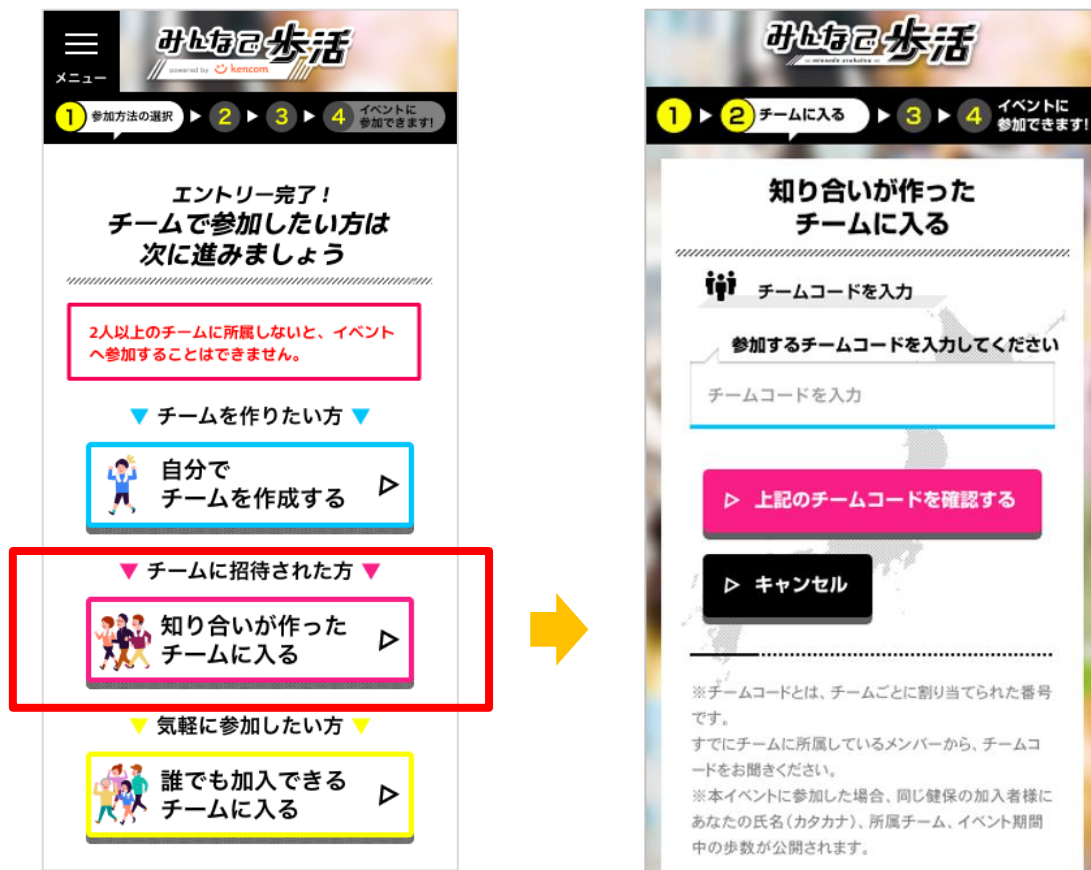
■ 知り合いが作ったチームに入る

エントリーが完了すると、下記文言が表示されます。

一人参加不可組合・自治体：エントリー完了！次は参加するチームを選びましょう

チームに所属しないと、イベントへ参加することはできません。

一人参加可能組合・自治体：エントリー完了！チームで参加したい方は次に進みましょう



1. 「知り合いが作ったチームに入る」を選択
2. チームコード（参加したいチームからコードを確認する）を入力し、「上記のチームコードを確認する」を押下
3. チームの内容（チーム名、チームメンバー）を確認し、「このチームに参加する」を押下で完了

注意事項

- ・ チーム参加人数の上限に達した場合は、「チーム人数がいっぱいです」と表示されるので他のチームに参加してください
- ・ 複数のチームに参加することはできません
- ・ 最小チーム人数に達していない場合は本戦に参加できません
- ・ エントリー期間中は、チームを脱退し、他のチーム参加することができます

※画面イメージは一部変更になる可能性があります。予めご了承下さい。

「みんなで歩活（あるかつ）」

1. 機能説明～エントリー期間～

（2）チーム参加方法

■誰でも加入できるチームに入る

エントリーが完了すると、下記文言が表示されます。

一人参加不可組合・自治体：エントリー完了！次は参加するチームを選びましょう

チームに所属しないと、イベントへ参加することはできません。

一人参加可能組合・自治体：エントリー完了！チームで参加したい方は次に進みましょう



1. 「誰でも加入できるチームに入る」を選択
2. 「確認」を押下してチームメンバーを確認
3. 入りたいチームを選択し、「このチームに参加する」を押下で完了

注意事項

- ・ チーム参加人数の上限に達した場合は、「チーム人数がいっぱいです」と表示されるので他のチームに参加してください
- ・ 複数のチームに参加することはできません
- ・ 最小チーム人数に達していない場合は本戦に参加できません
- ・ エントリー期間中は、チームを脱退し、他のチーム参加することができます
- ・ チーム一覧は、チーム作成日降順に並んでいます。

「みんなで歩活（あるかつ）」

1. 機能説明～エントリー期間～

（3）一人参加方法

※一人参加可能組合・自治体のみ



チームを組まずに一人で参加する場合は、「歩活にエントリー」で一人参加完了

- ・ エントリーして最小チーム人数に達しなかった場合も自動的に一人参加となります。
- ・ チームから脱退もしくは解散で最小チーム人数に達しなかった場合も自動的に一人参加となります。
- ・ 途中参加かつ一人参加の場合、
 - エントリー期間中～本戦期間中、チームページは表示されます。
 - 本戦期間中のチームランキングは表示されません。

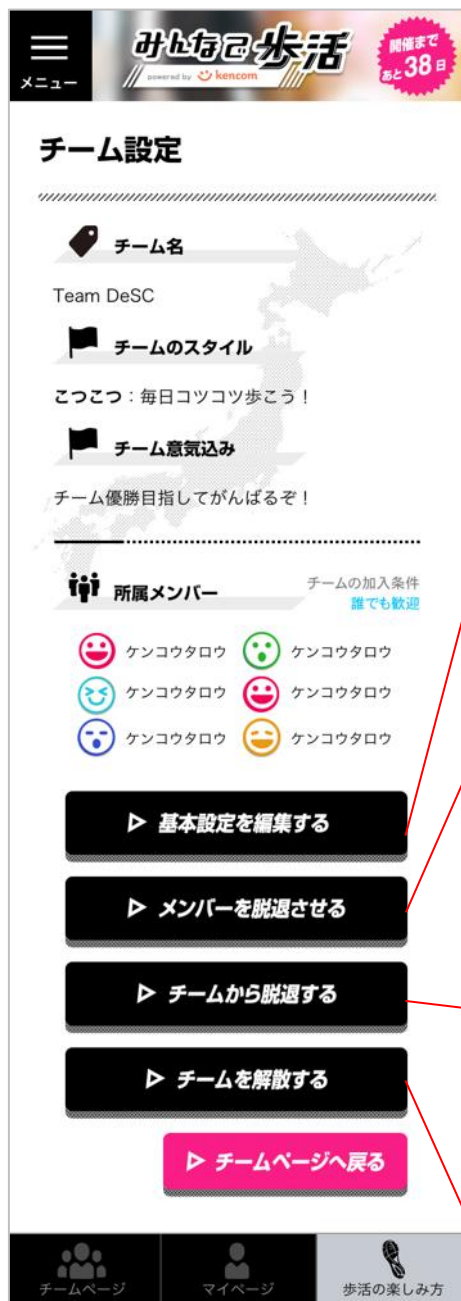
「みんなで歩活（あるかつ）」

1. 機能説明～エントリー期間～

（４）チーム設定

※一人参加者には表示されません

エントリー期間、チームメンバーであれば誰でも設定可能



基本設定を編集する

チーム名、意気込み、参加スタイルの編集が可能

※基本設定のみ本戦期間中も編集可能

メンバーを脱退させる

チームメンバーを脱退させることが可能
※脱退させたチームメンバーに通知はされません

※脱退させ、最小チーム人数に達しなかった場合は一人参加となります（一人参加可能組合・自治体のみ）

チームから脱退する

チームから脱退することが可能

※脱退したことはチームメンバーに通知はされません

※脱退し、最小チーム人数に達しなかった場合は一人参加となります（一人参加可能組合・自治体のみ）

チームを解散する

※解散したことをチームメンバーに通知はされません

※解散されたメンバーは全員、チーム未所属の状態になります

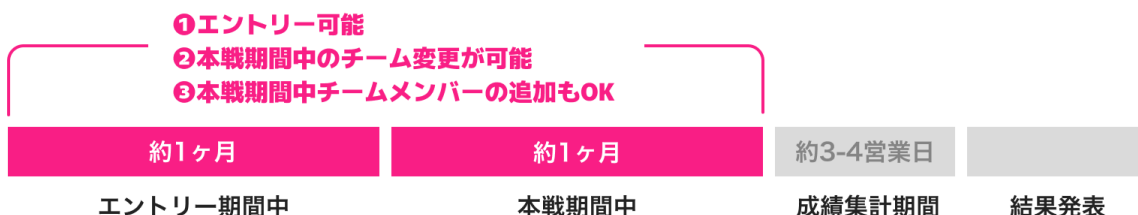
※画面イメージは一部変更になる可能性があります。予めご了承下さい。

「みんなで歩活（あるかつ）」

2. 途中参加機能の追加について

2024春の歩活より、エントリー期間終了後の本戦期間中であっても、途中参加（本戦期間中のエントリー機能）が可能となりました。

途中参加機能ONの場合※



※途中参加した方の歩数も本戦の全ての期間の歩数を採用します

注意点

■途中参加○／一人参加○の場合

- ・一人参加者として本戦参加が可能です。
- ・チームで参加の場合は、最小チーム人数以上にならないと本戦参加ができません。

■途中参加○／一人参加×の場合

最小チーム人数以上のチームを組むまでは本戦参加ができません。

■その他

- ・本戦期間中のチーム変更（メンバー追加）も可能となります。
- ・途中参加した方の歩数も、本戦中全ての期間の歩数を採用します。

そのため、途中参加前の本戦期間の歩数入力がない場合は、平均歩数が低くなります。

平均歩数 = 本戦期間中の合計歩数 ÷ 本戦期間の日数

「みんなで歩活（あるかつ）」

3. 機能説明～本戦期間～

(1) チームページ ※一人参加者には表示されません



今日or昨日の歩数切り替え

今日or昨日のチーム平均歩数

・チームメンバーの歩数を表示
・メンバーの名前をタップするとメンバーのマイページが確認可能

チームの総歩数が次の都道府県に到達するとメッセージを表示

グラフorデータ表示の切り替え
グラフ：平均歩数表示
データ：スコア表示

歩数バー
黄：8,000歩以上
赤：4,000歩以上、8,000歩未満
青：4,000歩未満

今日or昨日の歩数を表示

※画面イメージは一部変更になる可能性があります。予めご了承下さい。

「みんなで歩活（あるかつ）」

3. 機能説明～本戦期間～

(1) チームページ ※一人参加者には表示されません



【日本地図】

・チームの総歩数に応じて、日本地図上で南から北にかけて進捗
スタート地点：鹿児島県
ゴール地点：北海道

【現在の総歩数】

・現在の総歩数は、本戦開始から現在までのチーム総歩数を表示
・集計期間・結果発表期間も確認可能

各都道府県ごとに3種類のグルメ画像をランダムに表示

【チームの成績】

・集計日時点のチーム成績を表示
・ランキングは本戦開始翌日以降に表示
・結果発表期間も確認可能（集計期間は「集計中」と表示）

【最近のチーム内のコメント】

・チーム内で送られたコメントスタンプを表示

あなたにコメントが送られた場合、通知を表示

「みんなで歩活（あるかつ）」

3. 機能説明～本戦期間～ (2) マイページ



自分に送られた直近のコメント
スタンプを表示
※一人参加者コメントスタンプ
を利用できないため非表示

【イベント期間の平均歩数】
・当日含む平均歩数を表示

【8,000歩達成日数】
イベント開始から8,000歩達成
している日数を表示
8,000歩達成日数/イベント開
始日からの経過日数

【グラフ】
・直近一週間の歩数をグラフ表
示

意気込みの入力が可能。未入力
の場合「意気込みを入力しよ
う!」と表示

一人参加者にはチームページの
導線は無し

「みんなで歩活（あるかつ）」

3. 機能説明～本戦期間～

(3) コメントスタンプ

※一人参加者は利用できません



コメントスタンプは、チームページ・チームメンバーのマイページから送ることが可能

- ・ チームメンバー1人に対し、1日5回までコメントを送ることが可能。
- ・ 一度送信したコメントを取り消すことは不可。
- ・ 本戦期間、歩数入力期間、結果発表期間に送ることが可能。

「みんなで歩活（あるかつ）」

3. 機能説明～本戦期間～

(3) コメントスタンプ

コメントスタンプの種類は63個

いいね！	最高です！	流石です！	あっぱれ	お疲れ様です
すごいw	憧れます	GOGO	推せる	歩活日和
週末頑張る	お疲れ様でした	ファイト	ナイスウォーキング！	おはようございます
半端ないw	・ω・*)ﾌﾗ	いいね！の絵文字	千里の道も一歩から	もう足が棒w
祝ゴール	打ち上げしよう	私も頑張ります！	目指せ8,000歩！	歩数入れて
拍手の絵文字	見事	ハートのイラスト	さすがっす	ええやん
もっとできる	やるね	昨日すごかったですね！	おつかれ	私の勝ち
ついていきます	ありがとうございます	わーい	頑張ろう	8000歩まであと少し！
まだ歩ける	やったー	敵いませんw	おやすみ	尊敬
無理しないでください	誉	ぼちぼち	(´;ω;`)ﾌﾞﾜｯ	頑張って
100点満点	優勝するよ	負けません	昇進確実	歩活楽しい
今日はおやすみします(汗)	今から歩く	歩きすぎ	歩数入れました	でかした
ご勘弁を	ドヤ	明日頑張る		

「みんなで歩活（あるかつ）」

3. 機能説明～本戦期間～

(4) チーム平均歩数ランキング ※一人参加者には表示されません

- ・ ランキングは本戦開始日の翌日以降確認が可能
 - イベント期間中のチームメンバーの総歩数÷経過日数÷メンバー数＝平均歩数
(※途中参加者がいる場合、本戦期間中の歩数入力がない日も含まれるため平均歩数は低くなります)
 - 平均歩数が同じ場合は、チーム人数が多いチームが上位
 - 平均歩数、チーム人数も同じ場合は、チーム作成日が早いチームが上位
 - 毎日深夜に集計され、翌日ランキングページに更新

平均歩数部門orスコア部門の切り替え

【自チームのランキング付近を見る】
自チームの前後100位が確認可能

チーム名検索が可能

・ランキングTOP画面は10位までを表示

※画面イメージは一部変更になる可能性があります。予めご了承ください。

「みんなで歩活（あるかつ）」

3. 機能説明～本戦期間～

(5) チームスコアランキング

※一人参加者には表示されません

- ・ ランキングは本戦開始日の翌日以降確認が可能
 - 1歩=1スコア、1日最大8,000スコアを獲得でき、チーム通算スコアで順位決定
 - チーム通算スコアが同じ場合は、チーム平均歩数が多いチームが上位
 - チーム通算スコア、平均歩数も同じ場合は、チーム作成日が早いチームが上位



スコア部門or平均歩数部門の切り替え



【自チームのランキング付近を見る】
自チームの前後100位が確認可能

チーム名検索が可能

・ ランキングTOP画面は10位までを表示

「みんなで歩活（あるかつ）」

3. 機能説明～本戦期間～

（6）個人平均歩数ランキング

- ・ ランキングは本戦開始日の翌日以降確認が可能
 - イベント期間中のチームメンバーの総歩数÷経過日数÷メンバー数＝平均歩数
（※途中参加者がいる場合、本戦期間中の歩数入力がない日も含まれるため平均歩数は低くなります）
 - 平均歩数が同じ場合は、チーム人数が多いチームが上位
 - 平均歩数、チーム人数も同じ場合は、チーム作成日が早いチームが上位
 - 毎日深夜に集計され、翌日ランキングページに更新

スクロール

【自分のランキング付近】
自分のランキング前後100位が確認可能

チーム参加の場合は、チーム平均歩数ランキングの下に個人平均歩数ランキングを表示

・ランキングTOP画面は10位までを表示

※画面イメージは一部変更になる可能性があります。予めご了承下さい。

「みんなで歩活（あるかつ）」

4. 機能説明～歩数入力期限～

歩数入力期限は、歩活本戦終了日から72時間後（3日後）です。以下にご注意いただき、期限内に歩数をご入力ください。

- ・歩数入力期限内に入力された歩数：ランキング結果に反映されます。
- ・歩数入力期限を過ぎて入力された歩数：マイページのみに反映され、ランキング結果に反映されません。

【チームページ】

閲覧可能

※一人参加者には表示
されません



【マイページ】

閲覧可能



【ランキングページ】

「ただいま集計中
です」の表示で閲覧不可



※画面イメージは一部変更になる可能性があります。予めご了承下さい。

「みんなで歩活（あるかつ）」

5. 機能説明～集計期間～



集計期間は、チームページ、マイページ、ランキングページは「ただいま集計中です」の表示になります。

「みんなで歩活（あるかつ）」

6. 機能説明～結果発表期間～

【個人平均歩数ランキング
(一人参加)】



【平均歩数ランキング（個人/チーム）、
スコアランキング（チーム）
(チーム参加)】



平均歩数部門orスコア部門の切り替え

スクロール

チーム参加の場合は、チーム平均歩数ランキングの下に個人平均歩数ランキングを表示

※画面イメージは一部変更になる可能性があります。予めご了承下さい。

「みんなで歩活（あるかつ）」

途中参加についてのご質問・FAQ

Q1：10人に達していたチームが1人脱退した場合、その時点からメンバー招待コード等が表示されますか？

A：メンバーは追加のみが可能で脱退はできません。

Q2：本戦期間中にチームの移動や脱退できますか？

A：メンバーは追加のみが可能で脱退はできません。

Q3：チーム最少人数に達していない場合、本戦期間にチームは解散/メンバー除外/脱退ができますか？

A：可能です。メンバーを増やすこともできます。

Q4：チーム最小人数に達している場合、本戦期間にチームは解散/メンバー除外/脱退はできますか？

A：できません。メンバーを増やすことのみ可能です。

Q5：エントリー終了時点で1名チームだった方は、チームを解散し、違うチームに参加可能ですか？

A：チーム人数が最小人数に達している場合は、メンバーの追加はできますがチームからの脱退はできません。最小人数に達していない場合は、脱退も可能です。

Q6：元々参加したチームから新たに別のチームへ移ることも可能ですか？

A：本戦期間中にチームを脱退し、移ることはできません。

Q7：イベント期間中にもチームを追加作成できますか？

A：途中参加OKとしていただいている場合は、追加のチーム新規作成も可能です。

Q8：途中からチームに加わった場合、チームに参加した日からではなく、初日から歩いた歩数が記録されますか？

A：途中チーム参加の場合でも本戦中全ての期間の歩数を採用しますので、本戦期間中の歩数が記録されていれば集計対象となります。

※手入力している加入様は、必ず途中参加日以前の歩数もkencomに記録されているかご確認ください。

Q9：1人参加不可かつ、チームから抜けて他のチームに入りなおさない場合、個人ランキングからも除外されますか？

A：1人参加不可の場合、個人ランキングは表示されません。

Q10：途中参加の場合、イベント期間中にkencomに新規登録すれば歩活に参加できますか？

A：ご参加いただけます。

Q11：途中参加の場合、未エントリーの方の画面には本戦期間中も「エントリーに進む」ボタンが表示されますか？

A：本戦期間中もエントリー期間同様のエントリー画面が表示されます。

Q12：本戦期間中のメンバー追加は「誰でも入れるチーム」でも可能でしょうか？または、招待用のコードないと入れないのでしょうか？

A：「誰でも入れるチーム」はもちろん、招待用コードでのご参加が可能です。エントリー期間と同じ流れでのチーム参加になります。

その他のご質問は以下からご確認ください。

[みんなで歩活のFAQはこちら](https://kencom.jp/faq#q-arukatsu)

<https://kencom.jp/faq#q-arukatsu>

[歩数の記録方法はこちら](https://kencom.jp/faq#q-recording-vital-1)

<https://kencom.jp/faq#q-recording-vital-1>

更新履歴

版数	日付	内容	担当
V3.2	2026/04/27	一部画像の差し替え・テキストの更新	DeSC
V3.1	2025/04/08	コメントスタンプ・一部テキストの更新	DeSC
V3.0	2024/03/07	機能説明（歩数入力期限）の説明更新	DeSC
V2.9	2024/02/15	一部画像と内容の更新	DeSC
V2.8	2023/09/21	P3～6 チーム参加方法の画像を一部更新	DeSC
V2.7	2023/08/03	誰でも加入できるチーム一覧の注記更新	DeSC
V2.6	2023/04/07	チーム参加方法の画像修正	DeSC
V2.5	2023/03/13	チーム招待導線の修正	DeSC
V2.4	2022/09/15	ホーム画像の更新	DeSC
V2.3	2022/04/06	チーム作成時の上限人数を修正	DeSC
V2.2	2021/09/15	一人参加更新	DeSC
V2.1	2021/04/06	チームページ・ランキングページの画像更新	DeSC
V2.0	2020/09/02	更新	DeSC
V1.0	2019/09/12	新規作成	DeSC