「沖縄県LHR向けCARADA」 操作方法のご説明





©株式会社エムティーアイ

MTI Confidential

1-1.PlayStoreからアプリをダウンロードする

以下の方が対象となります。 ・スマートフォンに「沖縄県LHR向けCARADA」がない場合 ・スマートフォンを故障等で交換し「沖縄県LHR向けCARADA」入れなおしたい場合 等

 「PlayStore」で「沖縄県LHR向けCARADA」 を検索してください。 黄色のハイビスカスのアイコンが目印です。 「沖縄県LHR向けCARADA」を選び、
「インストール」ボタンを押すと、スマートフォンに アプリがインストールされます。





©株式会社エムティーアイ

2017/11/22

2-1.アプリを立ち上げる

スマートフォンのアプリの画面から 「LHR CARADA | を選んでください。

② 「沖縄県LHR向けCARADA」が立ち上がり ご覧のような画面が表示されたら成功です。





MTI Confidential

©株式会社エムティーアイ

3-1. アプリの利用登録

本アプリをご利用いただくにあたり、いくつか登録していただく項目があります。 手順に従い、正確に登録をお願い致します。

①アプリを立ち上げ(立ち上げ方はP3) ②LHRシステムのログイン画面が表示さ ③CARADAの利用登録画面が表示された 「ログイン」ボタンを押してください。 れたら、ご利用いただく方の「LHR ID」 ら、各規約をよく読み「同意する」にチェ と「パスワード」を入力し、「同意する」 ックした上で、「次へ」ボタンを押してく ボタンを押してください。 ださい。 CARADA CARADA **LHR** 以下のアプリがIHRデータ参照権限を求めていま す。 以下の注意事項をお読みいただき、同意する CARADAA 場合はLHRIDとパスワードを入力して「同意す る」ボタンをクリックし、LHRデータ参照権限の ようこそ 提供を行ってください。 「同意しない」ボタンを クリックした場合、この手続きを終了し元のアプ リヘ戻ります。 CARADAはD-Wアカウントを利用してい home.carada-rc.jp 同意のお願い 27. / LHRIDとパスワードを入力してください。 ご利用開始前に以下の内容のご確認をお願いい お持ちのUHRアカウントでログインする (*LHRIDは末尾数字の部分だけ入力すれば自動生成 たします。 とCARADAをご利用語けます。 されます。) い点アカウントお持ちでない方はご利用 CARADA総合利用規約/CARADAプライバシーポ 頭けません。 Login ID 個人情報の取り扱いについて Password ✓ 上記内容に同意する 運営会社 殺人情報保護力会 利用規約 お問い合わせ の株式会社エムティーアイ く注意事項> C Ċ Ċ ←

<u>なお、「同意する」ボタンを押す前に</u> 画面内にある各規約や注意事項をよく読み 同意いただけた場合にのみ 「同意する」ボタンを押してください。

©株式会社エムティーアイ



①ニックネーム生年月日、性別、身長、体 重を入力し「プロフィールを登録」 ボタン を押してください。



まれに、生年月日・性別・身長・体重を、入力 せずに、そのままにする方がおりますが、成果 を正しく判断するために、キチンと入力をして ください。 なお、正確な身長と体重がわからない方は、 だいたいで構いません。

アプリを立ち上げた後、ログインをする前の画 面が表示されてしまったら、再度ログインをし なおす事で、この画面を表示する事ができます

②CARADAのトップ画面が表示されたら 利用登録が完了です。 今後は、アプリを立ち上げると、この画 面が表示されます。



©株式会社エムティーアイ

4-1. 健康診断結果(特定健診結果)を確認する

LHRシステムに健康診断結果や特定健診結果がある方のみ表示がされます。 ご利用される方の情報がLHRシステムにあるかのご確認は、各健診機関にお問い合わせください。

①CARADAのトップ画面にある「健診」ボタンを押してください。

②健診結果画面に最後に受診された健診 ③各 結果が表示されます。 」 画面を下にスクロールすると、各検査 細 結果が表示されます。

③各検査結果の右側にある「詳しく見る」 リンクを押すと、その検査結果を詳 細に確認することができます。



©株式会社エムティーアイ

5-1. 歩数を記録する(お手持ちの歩数計から記録)

①CARADAのトップ画面にある「記録 | ボタンを押してください。

ンを押してください。

②記録画面が表示されたら「歩数」ボタ ③記録する日付、お手持ちの歩数計に表 示されている歩数を入力し画面下部に ある「保存」 ボタンを押して完了です



©株式会社エムティーアイ

5-2. 歩数を記録する (CARADA活動量計から記録①)

CARADA活動量計(MTB300、MTB300Yが対応です。)を準備してください。

①CARADAのトップ画面にある「記録 | ボタンを押してください。

②記録画面が表示されたら「歩数」ボタ ③「今すぐデータ連携」ボタンを押して ンを押してください。

ください。



©株式会社エムティーアイ

5-3. 歩数を記録する(CARADA活動量計から記録②)

 計測する機器から「CARADA活動量 計 MTB-300」を選択してください。 ②お手元のCARADA活動量計の蓋を開け、電池をセットして蓋を閉じてください。電池をセットし終えたら、「次へ」ボタンを押してください。

③ご利用いただいているスマートフォン のBlueToothの設定をONにして、 「次へ」ボタンを押してください。



©株式会社エムティーアイ

5-4. 歩数を記録する(CARADA活動量計から記録③)

①周囲の状況を確認し電波干渉を引き起こす機器がない事を確認し、「次へ」ボタンを押してください。

②この画面が表示されたら、活動量計と
通信を行いますので、しばらくそのま
までお待ちください。

③「設定完了」と表示されたら「歩数計 連携」ボタンを押してください。 この画面が表示されない場合は、5-2か らやり直してください。

5-5. 歩数を記録する (CARADA活動量計から記録④)

①CARADA活動量計と歩数の同期が開 ちください。

 ②「歩数系連携完了」と表示されたら完 始されます。しばらくそのままでお待 了です。「完了ボタン」を押してくだ さい。

©株式会社エムティーアイ

①CARADAのトップ画面にある「記録」 ボタンを押してください。 ②記録画面が表示されたら「睡眠」ボタ ンを押してください。 ③記録したい日を入力し、就床時刻と起 床時刻を入力し「保存」ボタンを押して 完了です。

©株式会社エムティーアイ

2017/11/22

①CARADAのトップ画面にある「記録」 ボタンを押してください。 ②記録画面が表示されたら「血圧」ボタ ンを押してください。 ③記録したい日を入力し、最高血圧、最 低血圧、脈拍(任意)を入力し「保存」 ボタンを押して完了です。

MTI Confidential

©株式会社エムティーアイ

①CARADAのトップ画面にある「記録 」ボタンを押してください。

ンを押してください。

②記録画面が表示されたら「食事」ボタ ③記録する日と、記録する食事の時間帯 を選択してください。

©株式会社エムティーアイ

2017/11/22

④まず、食事の写真を記録します。 カメラアイコンを押してください。 メラ」を、すでに写真を撮影している場 合は、「写真のフォルダ」を押し、写真 を記録してください。

⑤これから写真を撮影する場合は、「カ ⑥次に食事の時刻と食事メニューを1つ ずつ品目、量、カロリーを入力し、画 面下部の「保存」 ボタンを押して完了 です。

©株式会社エムティーアイ

9-1. 体重を記録する(お手持ちの体重計から体重を記録①)

①CARADAのトップ画面にある「記録 | ボタンを押してください。

ンを押してください。

②記録画面が表示されたら「体重」ボタ ③記録する日と、体重等を入力し「保存 | ボタンを押して完了です。

©株式会社エムティーアイ

9-2. 体重を記録する(CARADA体組成計から体重を記録②)

CARADA体組成計を準備してください。(電池は同封されておりません。あらかじめご準備ください)

①CARADAのトップ画面にある「記録 」ボタンを押してください。

②記録画面が表示されたら「体重」ボタ ③「今すぐデータ連携」ボタンを押して ンを押してください。 ください。

©株式会社エムティーアイ

2017/11/22

9-3. 体重を記録する(CARADA体組成計から体重を記録③)

④CARADA体組成計の本体の裏側にある蓋を開け、電池をセットしてください。

⑤ご利用いただいているスマートフォンのBlueToothの設定をONにして、
「次へ」ボタンを押してください。

⑥CARADA体組成計本体で利用する登録番号(プロフィールの番号)を選んでください。

<u>BlueToothの設定方法は、各スマー トフォンの取扱説明書等をご確認く ださい。</u>

©株式会社エムティーアイ

9-4. 体重を記録する(CARADA体組成計から体重を記録④)

- ⑦「設定完了」が表示されたら、「体重 を連携する」ボタンを押して、 CARADA体組成計にお乗りください
- ⑧CARADA体組成計で計測された体重 を受信します。そのままでしばらくお 待ちください。

9「体組成計データ連携完了」が表示されましたら、「完了」ボタンを押して、 完了です。

©株式会社エムティーアイ