

オンライン かよ 通いの場 ば

アプリ

説明書

コロナ禍の
今だからこそ
楽しく健康増進!



※説明書内に掲載している一部画像について、実際のデザイン・仕様と異なる場合がございます。

アプリ1つで**3**つの活動を促進できる!

身体・知的・社会活動を促進して認知症を予防しよう

紹介動画はこちら



GET IT ON
Google Play



Download on the
App Store

QRコードを読み込むか
「通いの場」で検索して
今すぐ無料ダウンロード

通いの場

検索

① Google PlayまたはApp Storeから「オンライン通いの場」アプリをダウンロードします。② アプリを起動し、メッセージに従って会員登録を行ってください。

オンライン
かよ 通いの場 ば
アプリ

説明書

はじめに

| | |
|---------------------|-----|
| 「オンライン通いの場アプリ」6つの機能 | 03P |
| インストール手順(Android) | 05P |
| インストール手順(iPhone) | 06P |
| アプリをはじめる(新規登録の方) | 07P |
| アプリをはじめる(アカウント引継ぎ) | 09P |
| はじめの設定方法 | 10P |

各コンテンツのご紹介

| | |
|-----------|-----|
| おさんぽ | 11P |
| コミュニケーション | 13P |
| 体操動画 | 15P |
| 脳を鍛えるゲーム | 17P |
| 食事チェック | 19P |
| 健康チェック | 21P |
| ランキング | 23P |

おわりに

| | |
|-----|-----|
| Q&A | 24P |
|-----|-----|

付録

| | |
|-------|-----|
| 広報用資料 | 25P |
|-------|-----|

アクティブ・ライフ始めてみませんか？ 新しくなった 「オンライン通いの場」アプリ

デザイン・機能が大幅リニューアル



コロナ禍における高齢者の身体活動時間の低下や交流機会の減少を改善する介護予防アプリ、「オンライン通いの場」。この度、「オンライン通いの場」アプリをリニューアル致しました。

既存機能の強化はもちろん、「機能拡充」、「画面デザインの刷新」、そして皆様の活動を応援するアプリ内のかわいいサポーターとして、オリジナルキャラクターが誕生しました。

日常の活動を“楽しむ”ことで「成長」する



その日の活動量・獲得 pt (ポイント) によって
まごっちの表情やコメントが変わります！

「おさんぽ」や「体操動画」「脳を鍛えるゲーム」を楽しんだり、お友達や仲間との交流を行う事でオリジナルキャラクターが成長を遂げます。

日常生活における3つの活動（身体・知的・社会活動）を継続することで、キャラクターが赤ん坊から成人になるまでの成長過程をお楽しみ頂けます。

その他、健康に関する情報も発信していきます。

ぜひ新しい「オンライン通いの場」アプリをお試しください。

国立長寿医療研究センターが開発



オンライン かよ ば 通いの場 アプリ

6つの機能!

「オンライン通いの場」アプリは、コロナ禍における高齢者の身体活動時間の低下や交流機会の減少を改善し、オンライン(インターネット)を活用して運動や健康づくりに取り組める介護予防アプリです。

P11



通いの場 おさんぽ

散歩コースを 自動作成

現在地を起点にお散歩コースをアプリが自動で作成・提案してくれます。複雑な設定は不要で距離や時間、歩数まであなたの活動量を見える化することができます。

P13

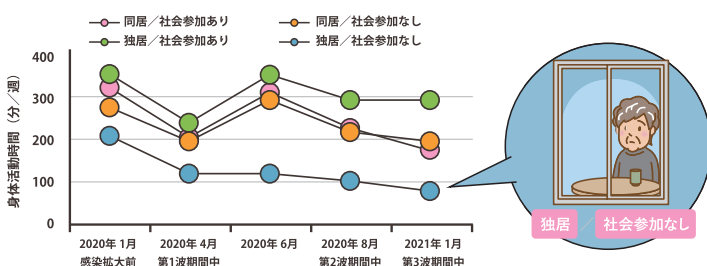


コミュニケーション 通いの場

仲間と 交流が持てる

楽しく運動&健康づくりを行う、同じ志を持った全国の仲間と手軽にオンライン交流が可能です。おでかけで見つけた発見を発信したり、仲間の投稿にコメントやリアクションする事で交流を図りましょう。

一人暮らしで社会活動が少ないと、要介護・認知症のリスクが高まる!?



コロナ禍において高齢者全体の身体活動時間が減少する中、特に「独居・社会活動なしの高齢者」は現在でも、活動時間が回復していない傾向があります。活動の自粛が続けば、将来的に要介護・認知症のリスクを大きくすることにつながります。

出典記載: Yamada M, et al. Letter to the Editor: Recovery of Physical Activity among Older Japanese Adults since the First Wave of the COVID-19 Pandemic. J Nutr Health Aging. 24(9). 2020より改変引用

運動や健康づくりに取り組める介護予防アプリ

デザイン・機能が新しくなった 「オンライン通いの場」アプリで楽しく健康管理!!

P15



通いの場 体操動画

自宅でできる体操
盛りだくさん!!

全国の自治体が作成した体操情報は1,000種類以上!お住まいの地域のご当地体操を見つけ挑戦してみてください。認知症予防に効果的なプログラム「コグニサイズ」も全40種類公開しています。

P17



通いの場 脳を鍛える ゲーム

8種類&難易度別
脳トレゲーム

慣れてきたらそれぞれの問題の「難易度」を上げることでさらに楽しく知的活動を向上させられます。10段階のCPU対戦モードも搭載。正答率100%を目指して脳トレに挑戦しましょう!

P19

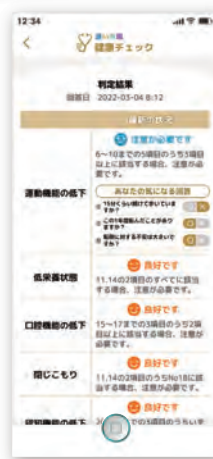


通いの場 食事チェック

毎日の食事管理を
画像解析で

朝昼晩と間食について、それぞれ何を食べたのが毎日記録することができます。食事の写真から料理名とカロリーを解析して毎日の食事管理を促します。

P21



通いの場 健康チェック

健康状態を
すばやく判定

HEPOPフローチャート式質問に答えることで自分に適した運動・活動パックがわかります。また、27の基本チェックリストで運動機能・栄養状態・口腔機能・閉じこもり・認知機能・気分など6つの項目からあなたの健康状態を判定します。

身体活動、知的活動、社会活動の促進が認知症を予防する!!

活動時間を増やすことで交流機会が増加し、歩行機能や身体機能・認知機能も向上します。「身体活動、知的活動、社会活動」この3つの活動を行うことは認知症予防にも重要とされ、「オンライン通いの場」アプリを通じて様々な健康活動を行うことが、利用者の皆さまの健康寿命の延伸につながります。

WHO認知症予防
ガイドライン



身体活動



知的活動



社会活動

その他、バランスの良い食事・体重管理・血圧管理・糖尿病の管理・脂質異常症の管理・聴力の管理・うつ病予防・不適切な飲酒防止・禁煙などが推奨されています。

「オンライン通いの場」アプリのインストール手順

Android アンドロイド

⚠️ Androidスマホの方は、Google Fit のインストールが必要です。

Google Fit インストールと設定を行い、QR コードから「オンライン通いの場」アプリをインストール

QRコードを読み取る



1

カメラで上記のGoogle Fit QRコードを読み取る。表示されるURLをタップ。



2

インストール をタップ。



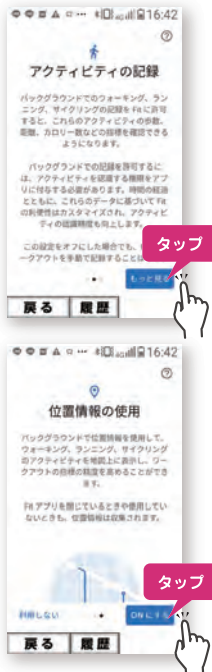
3

インストール終了後、開く をタップ。



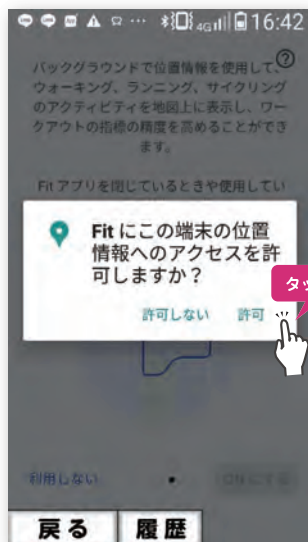
4

基本情報(性別、生年月日、体重、身長)を入力して次へ をタップ。



5

アクティビティの記録を **もっと見る** をタップ。運動データへのアクセスを「許可」して位置情報を **ONにする** をタップ



6

位置情報へのアクセスを「許可」する。アクティビティの目標設定へ移行するので目標を設定して完了。

QRコードを読み取る



オンライン通いの場 アプリ



GET IT ON Google Play

7

カメラで上記の「オンライン通いの場」アプリQRコードを読み取る。表示されるURLをタップ。



8

インストール をタップ。
アプリの登録・ログイン手順 **1** に進む。

iPhone アイフォン 事前にApple ID・パスワードをお手元にご用意ください。

QRコードから「オンライン通いの場」アプリをインストール

QRコードを読み取る



オンライン
通いの場
アプリ



Download on the
App Store

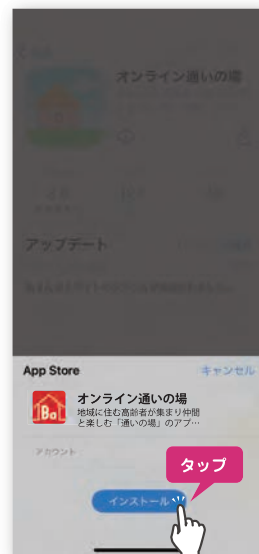
1

「カメラ」をタップ。上記のQRコードを読み取る。(App Store)



2

入手 をタップ。



3

インストール
をタップ。



4

パスワードを入力し、
サインイン
をタップ。

アプリの登録・ログイン手順

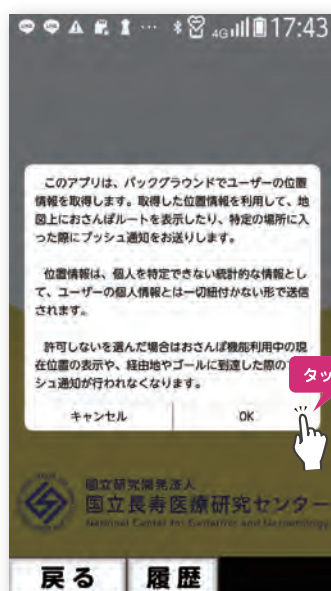
1 に進む。

「オンライン通いの場」アプリの登録・ログイン手順



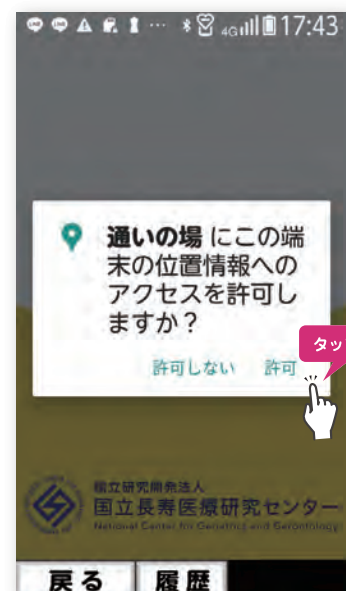
1

開く をタップ。



2

位置情報のアクセスなど、
各項目の「OK」をタップ。
Androidスマホの方は、
表示されるGoogleアカウントを選択。



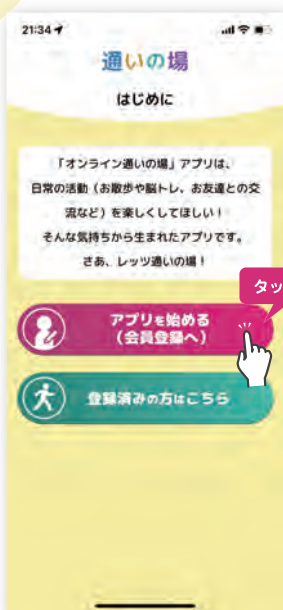
3

「許可」をタップ。
その他の項目についても
すべて「許可」をタップ

アプリをはじめる(新規登録の方)



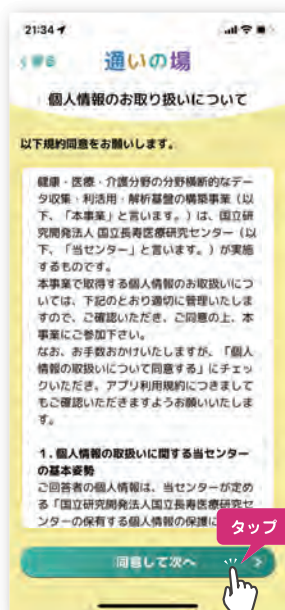
「オンライン通いの場」アプリの新規登録手順



1



をタップ。

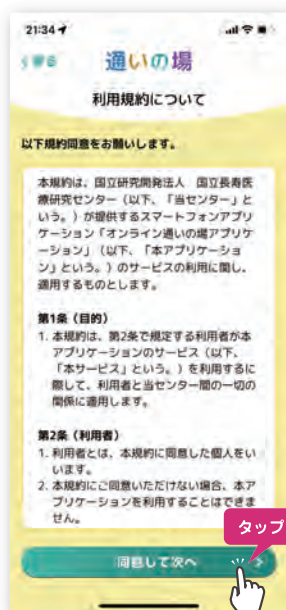


2

個人情報のお取り扱いに関する文章が表示されるので、下にスクロールして



をタップ。



3

利用規約に関する文章が表示されるので、下にスクロールして



をタップ。

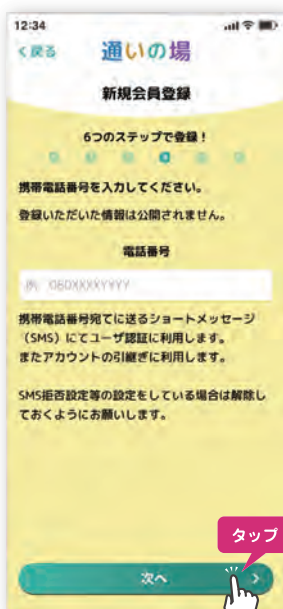


4

「オンライン通いの場」アプリの説明を確認し



をタップ。

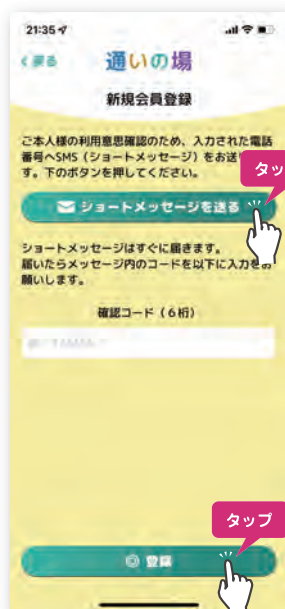


5

携帯電話番号の入力画面になるので番号を入力し



をタップ。

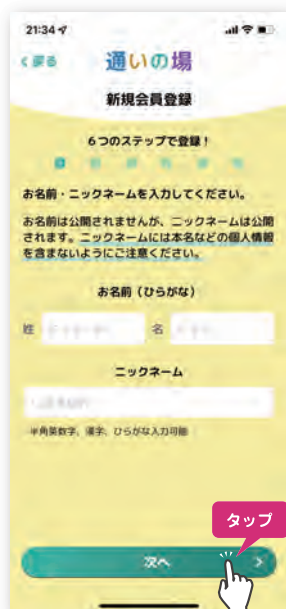


6

ショートメッセージを送るをタップ。SMSで受信した6桁の確認コードを入力画面に入力し



をタップ。



7

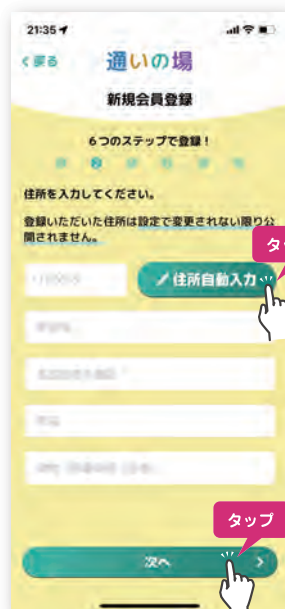
「お名前(姓・名)」をひらがな入力。



次に「ニックネーム」を入力し



をタップ。



8

郵便番号を入力し



をタップし、



をタップ。

アプリをはじめる(新規登録の方)

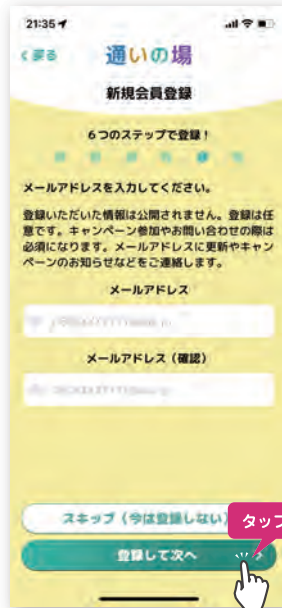


「オンライン通いの場」アプリの新規登録手順



9

「性別」、「生年月日」を選択し
「次へ」をタップ。



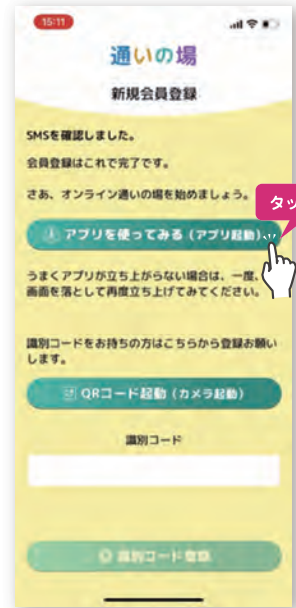
10

「メールアドレス」を入力し
「登録して次へ」をタップ。
「スキップ (今は登録しない)」の場合13へ



11

パスワードが自動生成されます。**本パスワードを必ずお控え頂き**
「次へ」をタップ。



12

新規会員登録が完了しました。
「アプリを使ってみる (アプリ起動)」をタップしアプリを起動します。



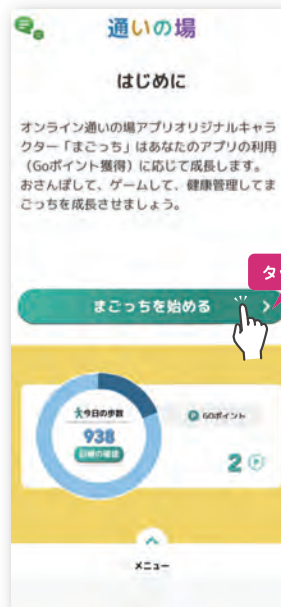
13

携帯電話画面のホームボタンに表示された「オンライン通いの場」アプリアイコンをタップ。



14

アプリが起動します。



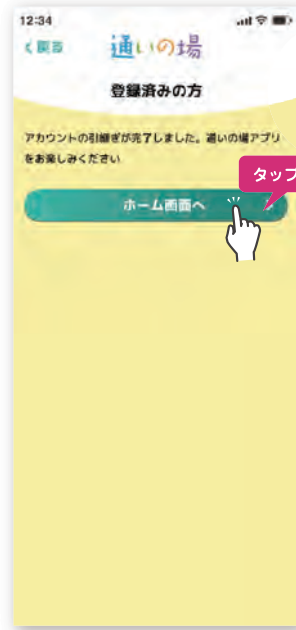
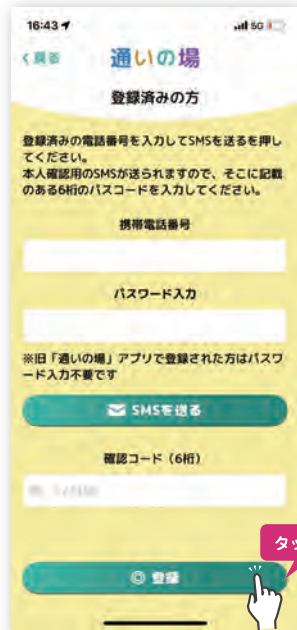
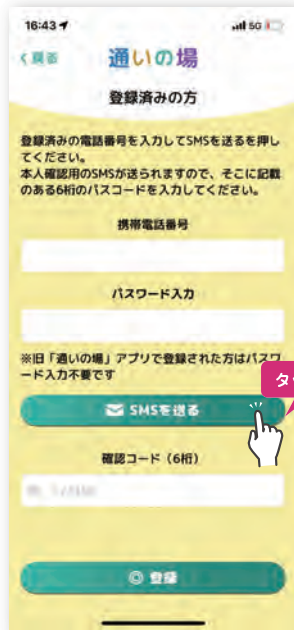
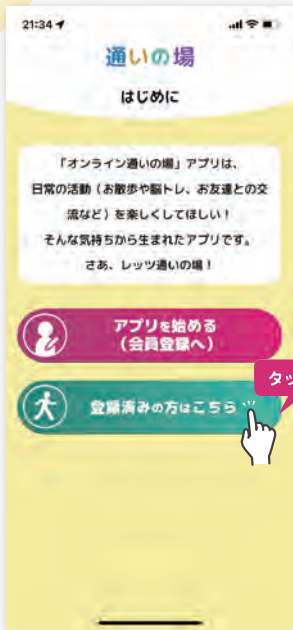
15

「まごっちを始める」をタップしてキャラクターとともにご自身の健康を育てていきましょう。

オンライン通いの場アプリで
育成ゲームがスタートします。
詳しくは10ページをご覧ください。

アプリをはじめる(アカウント引継ぎ)

「オンライン通いの場」アプリのアカウント引継ぎ手順



1

登録済みの方はこちら
をタップ。

2

携帯電話番号および
パスワードを入力し
SMSを送る
をタップ。

3

受信した6桁の確認コード
を入力画面に入力し
登録
をタップ。

4

アカウントの引継ぎが完了
しました。
ホーム画面へ
をタップし「通いの場」ア
プリを起動します。




5

ホーム画面に表示された
「オンライン通いの場」ア
プリアイコンからもご利用頂
けます。



6

「オンライン通いの場」の
ホーム画面が表示されます。
メニュー画面を開く場合は画
面下部の  をタップ。



7

メニュー画面からお好みの
機能をご利用ください。
【設定情報】からマイペー
ジに登録されている情報を
編集できます。



8

登録情報の確認と変更が可能
(性別、生年月日、パスワード除く)
です。

はじめの設定方法



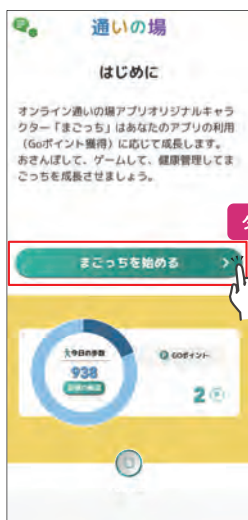
アプリの利用状況に応じてキャラクター(まごっち)が成長する介護予防アプリ

本アプリではあなたのアプリの利用状況によってGOポイントが加算され、まごっちを育てるためのアイテムを獲得することができます。獲得したアイテムをまごっちに与えることで赤ん坊～成人になるまでの成長過程をお楽しみいただけます。まごっちを育成しながら、ご自身の健康状態も育てていきましょう。

画面の見方



まごっちの育て方



1

まごっちを始める をタップ。



2

性別を選択してタップ。
※一度選択すると変更できないので注意!



3

まごっちが誕生
まごっちの上をタップ。



4

設定完了!
まごっちからのメッセージが表示されます

設定が完了したら各コンテンツの機能を確認してみましょう!

毎日のおさんぽやウォーキングをもっと楽しく!もっと自分らしく!



1 現在地からランダムでコースを自動作成

いつも決まったコースで飽きちゃったな...



現在地からランダムでコース作成

タップ

目安となる時間と歩数がスグに表示されます。

作成されたコースの目安歩数、目安時間がスグにわかる。

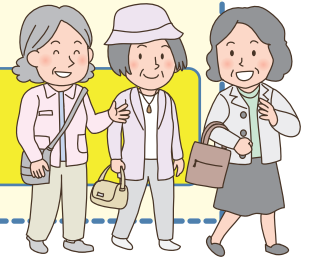
2 行きたい場所を選択しておさんぽルートを検索!



点線部分のパラメータを左右にスライドすると画面上ピンク色の〇「アクティブサークル」が広がったり狭まったりします。

パラメータ操作で半径距離が変動します。

自分の歩ける距離・範囲をアクティブサークルで設定。



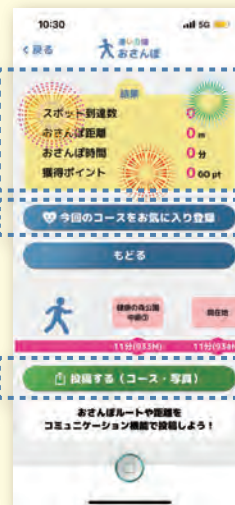
3 おさんぽコース作成の条件設定もあなた好みに!



タップ!

スポット数・距離・片道&往復などあなたのこだわりを登録できる。

4 あなたの活動量が見える化!



おさんぽ結果

「スポット到達数」「距離」「時間」「獲得ポイント」が表示されます。

お気に入り登録

お気に入りのコースが見つかった時は忘れずに登録!

投稿ボタン

「コミュニケーション」機能と連携してあなたのおさんぽ結果を投稿することができます。

おさんぽ結果を振り返ったり・投稿することが可能。

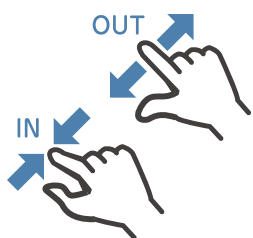
画面をのぞいて見よう!

おさんぽ トップ画面



現在地マーク

拡大ボタン



ピンチ IN/OUTで
MAPの拡大・縮小も可能です。

スポットダイアログ画面



おさんぽ中の画面



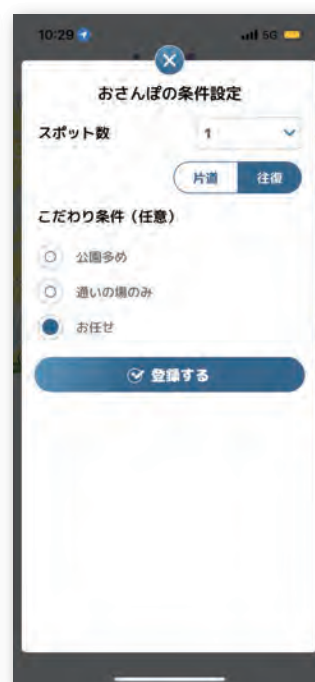
おさんぽ中の画面



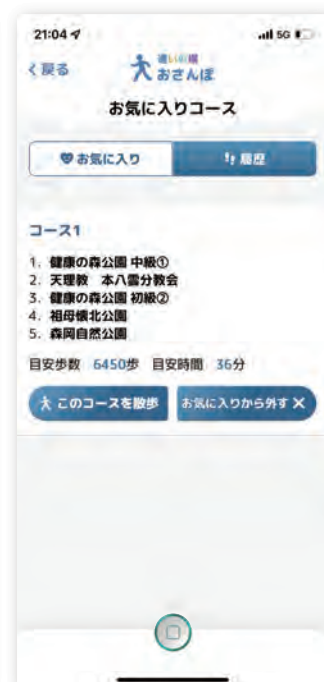
結果画面



おさんぽ条件の設定画面



お気に入り一覧画面



おさんぽ



コミュニケーション
仲間と交流が持てる

体操動画
1,000種類の体操情報!!



脳を鍛えるゲーム
8種類の脳トレゲーム



食事チェック
画像解析で食事管理



健康チェック
健康状態をすばやく判定



オンライン(インターネット上)で仲間との 親密なコミュニケーションが楽しめる!

1 チャット形式で仲間と 交流できる



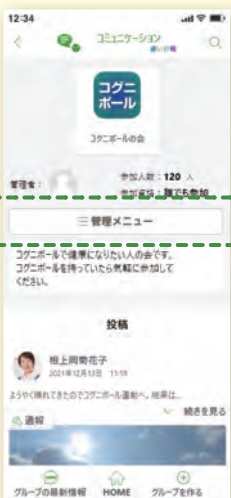
同じ志を持った全国の仲間と手軽に
非対面でのオンライン交流が可能。

2 あなたの関心・興味・生活に あった仲間を見つけやすい



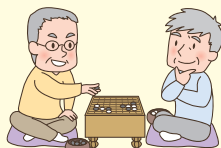
フィルター設定とキーワード検索で
自分にあった仲間が見つかる!

3 趣味・興味に特化した親密な コミュニケーションが可能



【グループ機能】
関心・興味のある
グループに加入したり
特定の趣味に関する
グループを自分で立ち
上げる事が可能です。

自分と同じ趣味を持つ
仲間とカンタンに繋がる
事ができます。



興味のあるグループに加入したり立ち
上げる事で仲間と親密な交流ができる。

4 日常生活の中での情報・発見・ 感想・感動を仲間に共有しよう



あなたが日常の中で
・感じたこと
・嬉しかったこと
・頑張ったこと
・聞いてほしいこと
をどんどん共有
しましょう。

自治体からの
「通いの場」イベント情報
も共有されます。



仲間からの近況情報はもちろん、
自身の近況を共有可能です。

画面をのぞいて見よう!

トップ画面



プロフィール画面



グループ投稿



投稿画面



フィルター設定画面



グループトップ画面



検索結果画面



グループ新着画面



おさんぽ



コミュニケーション
仲間と交流が持てる

体操動画
1,000種類の体操情報!!



脳を鍛えるゲーム
8種類の脳トレゲーム



食事チェック
画像解析で食事管理



健康チェック
健康状態をすばやく判定



いつでもどこでも自宅でも! 楽しく体操&コグニサイズ

1 1,000種類を超える 豊富な体操動画が楽しめる!



日本全国の自治体が考案・提供する
地域色豊かな体操動画。

2 お住まいの地域の ご当地体操に挑戦しよう!



各都道府県ごとに体操動画を検索
キーワードを入力して探す事も可能。

3 再生回数の多い人気の体操も カンタン検索!



体操動画は定期更新されています。
ぜひ健康体操をご体験ください。

4 「からだ」と「あたま」の体操を 同時に行うコグニサイズも!



認知症予防に効果的な運動プログラム
「コグニサイズ」も全40種類公開。

画面をのぞいて見よう!

おさんぽ
散歩コースを自動作成



コミュニケーション
仲間と交流が持てる

体操動画
1,000種類の体操情報!!

脳を鍛えるゲーム
8種類の脳トレゲーム

食事チェック
画像解析で食事管理

健康チェック
健康状態をすばやく判定

体操動画 トップ画面



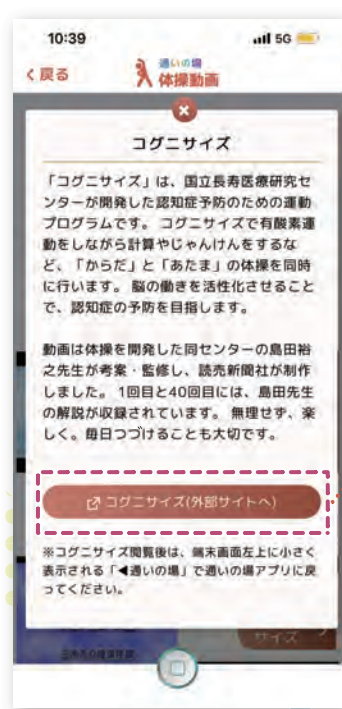
動画再生画面(縦)



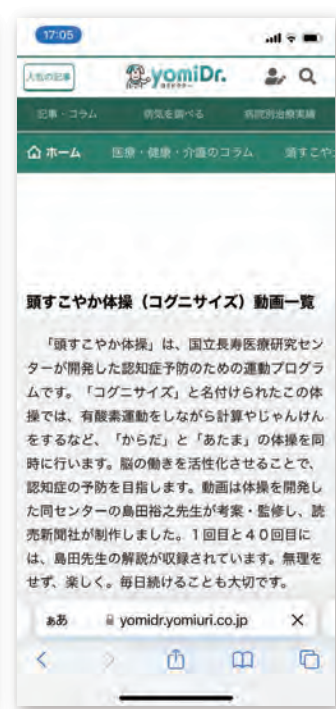
動画再生画面(横)



コグニサイズリンク画面



コグニサイズ紹介画面



コグニサイズ紹介画面



コグニサイズ一覧画面





通いの場
脳を鍛えるゲーム

豊富なゲームバリエーションで楽しめる 脳トレで最高得点を目指そう!



1 8種類の脳トレゲームが楽しめる!

- じゃんけん
- 数字拾い
- 色合わせ
- 神経衰弱
- 違和感クイズ
- 間違い探し
- 数字記憶
- スライドパズル

それぞれが異なる種類の認知機能を使うゲーム。

2 3段階の難易度選択と10段階のCPU対戦

3種類の難易度選択

10段階の仮想対戦相手

弱 ↑

- 序の口 = 還暦山
- 序二段 = 古希錦
- 三段目 = 喜寿丸
- 幕下 = 傘寿ノ海
- 十両 = 米寿国
- 前頭 = 卒寿ノ島
- 小结 = 白寿富士
- 関脇 = 紀寿王
- 大関 = 茶寿桜
- 横綱 = 皇寿龍

↓ 強

3段階から難易度を選択。それにより対戦相手変動します。

3 直近3回分の成績を表示 過去最高得点を目指しましょう!

過去最高得点を表示
選択したゲームの過去最高得点が表示されます。

直近3回分の成績表示
選択したゲームの直近3回分の成績が表示されます。

| 過去最高得点 | スコア |
|--------|------|
| かんたん | 590点 |
| ふつう | 722点 |
| むずかしい | 920点 |

| 直近の成績(直近3回) | | |
|-------------|-------|------|
| 日時 | レベル | スコア |
| 2022年11月03日 | ふつう | 722点 |
| 2022年11月03日 | むずかしい | 920点 |
| 2022年11月03日 | かんたん | 920点 |

ゲームを選択するとこれまでの最高得点を表示。目指せ記録更新!

4 結果画面でスコア、 対戦相手との勝敗を表示

リザルト画面
「あなたのスコア」が表示されます。

対戦相手との勝敗結果

リトライボタン

難易度別に勝つ事も難しくなっています。全勝目指しながら楽しく脳を鍛えましょう。

画面をのぞいて見よう!

じゃんけん



色合わせ



違和感クイズ



数字記憶



数字拾い



神経衰弱



間違い探し



スライドパズル



おさんぽ
散歩コースを自動作成



コミュニケーション
仲間と交流が持てる

体操動画
1,000種類の体操情報!!



脳を鍛えるゲーム
8種類の脳トレゲーム



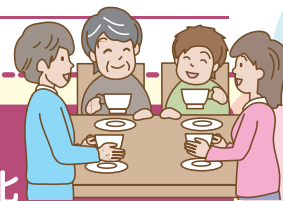
食事チェック
画像解析で食事管理



健康チェック
健康状態をすばやく判定



食事の栄養素を瞬時に見える化 カンタンに楽しく食事バランスの管理



1 写真を撮るだけで カンタンに食事登録



登録する食事
(朝食・昼食・夕食・間食)を
選んだらあとは写真を
撮るだけ。

人工知能(AI)による
「料理」自動判別機能を
搭載。



カンタン操作で毎日のカロリー
摂取状況の確認・登録が可能です。

※明るさ・手ブレに注意しながら撮影しましょう。

2 「食事写真」を 読み取り数値化



朝食、昼食、夕食、間食ごとに
カロリー計算が可能。

3 複数品目あっても 同時に判別可能



1枚の写真に複数品目写った場合でも
同時に料理を判別することが可能です。

4 コンビニ・スーパーの 商品まで幅広く解析可能



約18,000品目を
識別可能です!

一般的な食事メニュー(約4,000)の他、
大手食品メーカー・コンビニエンスストアの商品名、
大手飲食チェーンのメニュー名も識別可能。

画面をのぞいて見よう!

トップ画面



カレンダー画面



登録方法選択画面



写真登録画面



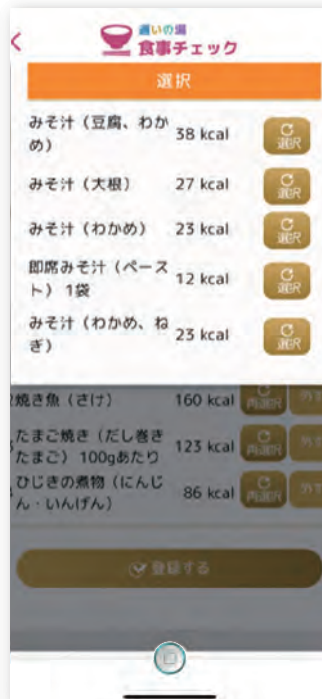
写真あり登録画面



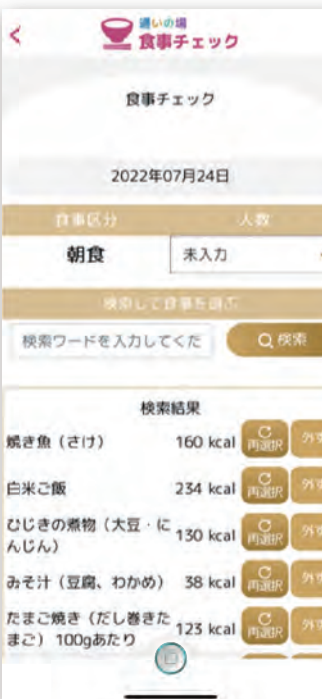
写真なし登録画面



料理名検索結果画面



登録・編集画面



おさんぽ



コミュニケーション
仲間と交流が持てる

体操動画
1,000種類の体操情報!!



脳を鍛えるゲーム
8種類の脳トレゲーム



食事チェック
画像解析で食事管理



健康チェック
健康状態をすばやく判定



今の健康状態をすばやく判定 あなたに合った適切な生活指針(パック)を提供

1 7つの簡単な質問に答えるだけ (HEPOPフローチャート)



あなたに適した
生活指針(運動・活動パック)を
フィードバックします。

2 基本チェックリストの質問で あなたの健康状態を判定



運動機能・栄養状態・口腔機能・
閉じこもり・認知機能・気分など
6つの項目から総合的に判定

3 活動の履歴で 毎日の歩数をチェック



過去の歩数履歴から
あなたに合った目標を設定します。

4 あなたの病気の状態を 記録する疾患管理機能



より良いサービスの実現に向けて皆様の
「現病」や「既往歴」の入力をお願いします。

画面をのぞいて見よう!

散歩コースを自動作成



コミュニケーション
仲間と交流が持てる

体操動画
1,000種類の体操情報!!

脳を鍛えるゲーム
8種類の脳トレゲーム

食事チェック
画像解析で食事管理

健康チェック
健康状態をすばやく判定

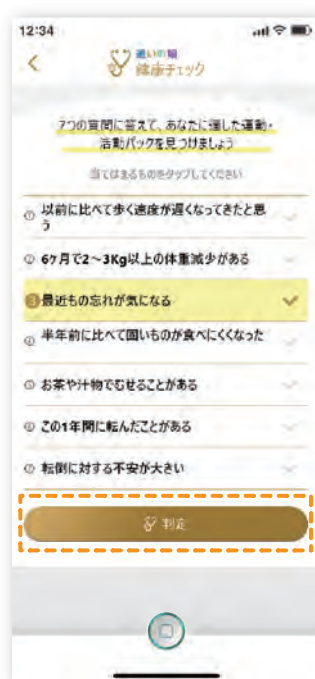
トップ画面



歩数の履歴画面



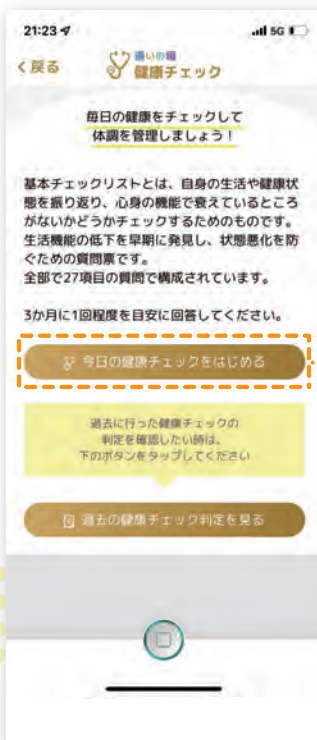
HEPOPフローチャート



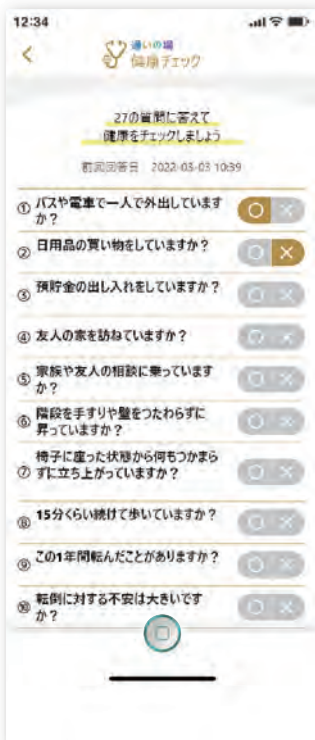
パック判定画面



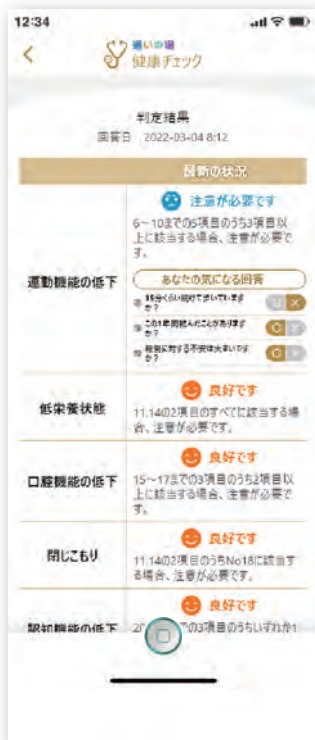
基本チェックリスト トップ画面



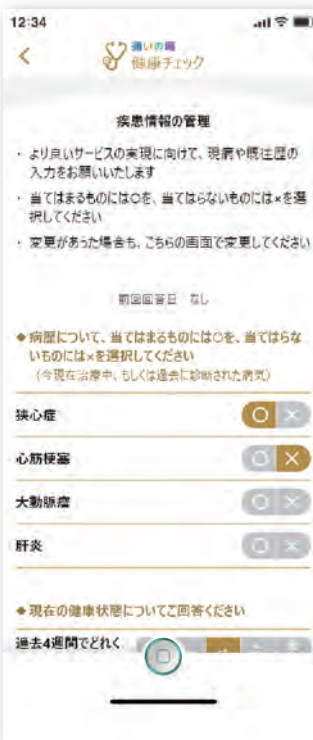
基本チェックリスト画面



結果画面



疾患情報入力画面



あなたとみんなの活動量を見てみよう!
毎週のアプリの利用・活動状況を
ランキングで表示します。

あなたの活動状況を把握しましょう



切り替えボタン
「GOポイント」と
「歩数」の切り替えを行います。

毎週ご自身の順位を
確認しましょう!

比較対象をセレクト
このボタンをタップすると
・日本全国
・都道府県ごと
・市区町村ごと
にランキング表示

他のユーザーの活動状況を
知ることで自身の活動を
見直すきっかけに。

「全国・都道府県・市区町村」ごとに自身の活動状況をランキング表示

コロナ禍の
今だからこそ
楽しく健康増進!

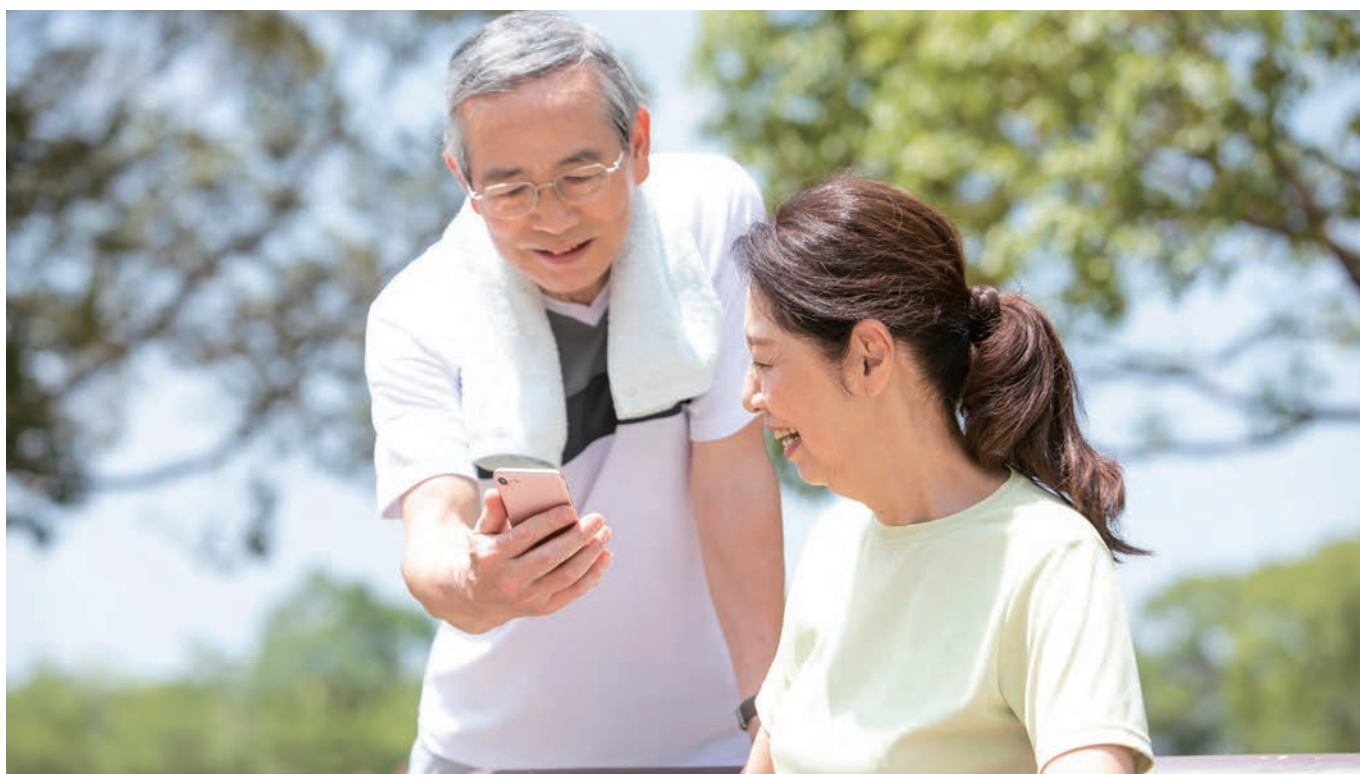


Q. 「オンライン通いの場」アプリとは?

A. 国立長寿医療研究センターが開発した健康長寿のための健康自己管理アプリケーションです。前身(「オンライン通いの場(同名)」)が一新され、主に6つの機能でご自身の健康管理を総合的にサポートします。

Q. ホーム画面のキャラクターは何ですか?

A. 通いの場アプリに搭載されている機能をより長く使用していただくことが健康長寿を実現するために重要です。
通いの場アプリを「もっと継続的に楽しく使ってほしい」
そう願いを込めて私たちは魅力的なオリジナルキャラクターをゼロから制作しました。
男の子は「まこと」くん、女の子は「まこ」ちゃんです。
最初は赤ちゃんの姿ですが、あなたのアプリ利用状況によってポイントが加算され、彼らを育てるためのアイテムを獲得することができます。
アイテムをあげることで何段階も成長していきます。
「まこと」くんと「まこ」ちゃんとともにご自身の健康も“育てて”いきましょう。



高齢者向けの介護予防アプリがリニューアル!

オンライン かよ 通いの場 ば アプリ

 通いの場
おさんぽ

散歩コースを
自動作成!

楽しく運動や健康づくりに取り組める
6つの機能をご紹介します!

 コミュニケーション
通いの場

仲間とオンラインで
交流が持てる

 通いの場
体操動画

1,000種類を
超える豊富な
体操動画

通いの場
脳を鍛える
ゲーム

8種類の
脳トレゲームが
楽しめる

 通いの場
食事チェック

食事のカロリーを
瞬時に
見える化



 通いの場
健康チェック

健康状態を
すばやく判定

今後、さらに
機能を
充実していく
予定です。



「オンライン通いの場」アプリは、コロナ禍における高齢者の身体活動の時間の低下や交流機会の減少を改善しオンライン(インターネット)を活用して運動や健康づくりに取り組める介護予防アプリです。



QRコードを読み込むか
「通いの場」で検索して
今すぐ無料ダウンロード

New 通いの場 検索

①Google PlayまたはApp Storeから「オンライン通いの場」アプリをダウンロードします。②アプリを起動し、メッセージに従って会員登録を行ってください。

オンライン通いの場アプリが **リニューアル!**

アカウントの引き継ぎが

3ステップ

新アプリをダウンロード!



新しくなった
オンライン通いの場アプリで
アクティブライフ
を始めよう!



ステップ1 ▶ ステップ2 ▶ ステップ3

QRコードから
「Newオンライン通いの場」
アプリをインストール

登録済みの方はこちらをタップ!
携帯電話番号を入力して
SMSを送る をタップ

スマートフォンに届いた
6ケタの確認コードを入力して
登録 をタップ



以下QRコードを
読み取ってください!

GET IT ON Google Play Download on the App Store



SMSをチェック!



届いた!

これでアカウントの引き継ぎ完了!!

かよ
オンライン
ば
通いの場
アプリ

紹介動画はこちら



QRコードを読み込むか
「通いの場」で検索して
今すぐ無料ダウンロード



① Google PlayまたはApp Storeから「オンライン通いの場」アプリをダウンロードします。 ② アプリを起動し、メッセージに従って会員登録を行ってください。