

令和8年度 継続参加者マニュアル for Android

健康データの活用・実証事業

2026年08月

日立市

目次

実証準備

1. 参加前アンケート	03
1.1 参加前アンケートの提出	04
2. AI応援メッセージへの同意	06
2.1 SaluDiのバージョンの確認	07
2.3 AI応援メッセージ同意画面	09

実証

3. 健康データの登録	10
3.1 バイタル	11
3.2 生活記録	15
参考：歩数の連携方法（ヘルスケアアプリを利用）	16
4. AI応援メッセージの確認の仕方	19
4.1 AI応援メッセージ	20
参考：AI応援メッセージの解除方法	21
5. 実証終了	22
5.1 参加後アンケート	23

実証準備

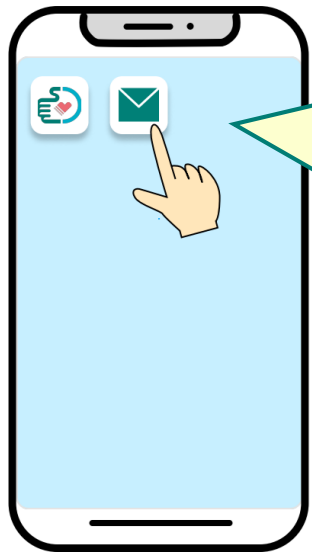
1. 参加前アンケート

1.1 参加前アンケートの提出



1.1 参加前アンケートの提出

日立市事業のご案内メールより「参加前アンケート」に回答



昨年度参加された方に
日立市事業のご案内メールが
届きます。

【日立市】共創プロジェクト令和8年
度健康データ活用・実証事業への継
続参加とアンケートのお願い

■参加前アンケート 以下の URL を選択し、ご回答をお願いいたします。

https://secure-web.cisco.com/11f6yqg5f9X1RPu12C0g0YikR-bx8UmEPj6zntsfMzY-YwA3jXU5TWECH4UQ8B1dobp3TrnrpkKfdj--uTqHCV54qV5gEAcf2_uda2ysKHtjvQG-vzx1ukyz8RH4WZbvM7Z3KeWgkDEIKXMi9AU-TbnxUdPA2gTuoc-zzUla8zCAGZNdAzaeqbf9G64rvH57iCWDy71OwdiksXB-DYloVmrAaE2jbpEO5pYNEnd0frD9ZH54ZDSQz_vtubv2-3VwY15J7deCNRPyvzFVgl2P861N8gMZYWklqesfZ0YOlq-d8FVsBkOcmvSM5-xwb_9R0mvfrOHw2K2i8EPVTQ/https%3A%2F%2Flogofor-m.jp%2Fform%2Fidg5%2F1048560

「参加前アンケート」のURLを
押します



必須
は必ず入力

入力フォームに従い**必須**を全て入力します（全20問）
「メールアドレス」は、本ご案内メールのアドレスを入力してください
「→確認画面に進む」を押します

1.1 参加前アンケートの提出

日立市事業のご案内メールより「参加前アンケート」に回答

入力フォーム

入力1 入力2

入力内容確認

Q16. 具体的にどのような運動をしましたか（複数回答可）
体操・ストレッチ

Q17. 過去1か月に歩数を測定した頻度について教えてください
ほぼ毎日

Q18. 自宅に血圧計や体重計はありますか
どちらもある

Q19. 過去1か月に血圧を測定した頻度について教えてください
ほぼ毎日

Q20. 過去1か月に体重を測定した頻度について教えてください
ほぼ毎日
食事、運動

← 1つ前の画面に戻る 送信

入力内容を確認し、
「→送信」を押します
※内容を修正する場合は、
「← 1つ前の画面に戻る」を押します



入力フォーム

送信完了

お申込みありがとうございました。

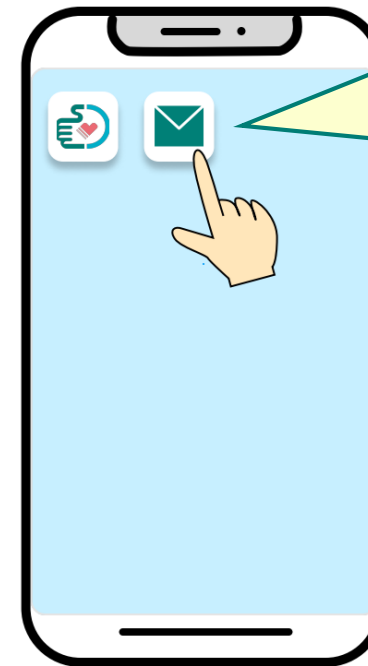
【今後の流れ】
1. 健康アプリ「SaluDi」を利用しましょう
引き続き、血圧測定や体重測定等、健康管理のために「SaluDi」をご利用ください。また、今年度お申込みされた方には、10月から12月の間に歩数等の入力状況に応じて「AI応援メッセージ」をお送りします。「SaluDi」のアップロード及び「AI応援メッセージ」の同意が必要です（詳しい方法は、市ホームページ）

< 受付番号: XX00000495 >

入力内容を印刷する

『送信完了』と表示されれば
参加後アンケートは完了です

合わせて



「参加募集入力フォーム」内で
入力したメールアドレス宛に
「送信完了メール」も届きます

送信完了 - 令和7年度健康データの活用・実証事業参加者の皆さまへ 令和8年度参加継続申込・事前アンケート [受付番号:XX00000495]

お申込みありがとうございました。

【今後の流れ】
1. 健康アプリ「SaluDi」を利用しましょう
引き続き、血圧測定や体重測定等、健康管理のために「SaluDi」をご利用ください。また、今年度お申込みされた方には、10月から12月の間に歩数等の入力状況に応じて「AI応援メッセージ」をお送りします。「SaluDi」のアップロード及び「AI応援メッセージ」の同意が必要です（詳しい方法は、市ホームページ https://http://secure-web.cisco.com/1Levt_sShjC_AZVbWk1WWVorJJoH81k03f5sUyn_GN5lwT2aZioV92Bgr8aBwskT_14wB5BeimYONKWErLQ2Ho#5w8K7szZpIajrGXKqNZAwfY-sNABH8-uvvm4VY9B6DgrfJ-Blz6MeLJQCJ0m2RPUfJWoQ/http%3A/）
2. 事後アンケートへの協力をお願いします
令和8年12月中旬に、「事後アンケート」の回答フォームをご登録のメールアドレスへお送りします。今後の

フォーム名:
令和7年度健康データの活用・実証事業参加者の皆さまへ 令和8年度参加継続申込・事前アンケート

実証準備

2. AI応援メッセージへの同意

2.1 SaluDiのバージョンの確認

2.2 AI応援メッセージ同意画面



2.1 SaluDiのバージョンの確認

バージョンの確認



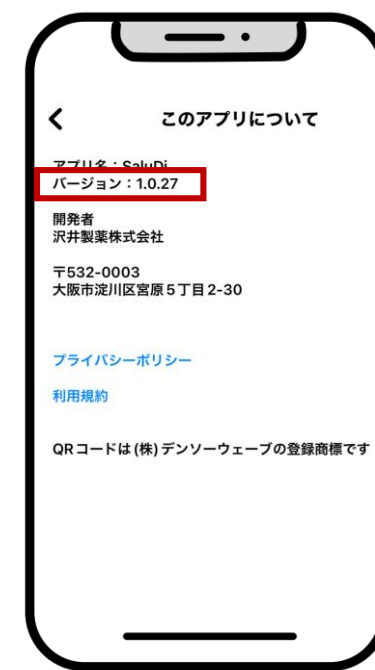
スマホホーム画面の
SaluDiアプリを開きます



「その他」を押します



「このアプリについて」を
押します



アプリのバージョンが「1.0.27以下」
の場合は、必ずバージョンアップを
行ってください
（手順は次ページ参照）

2.1 SaluDiのバージョンの確認

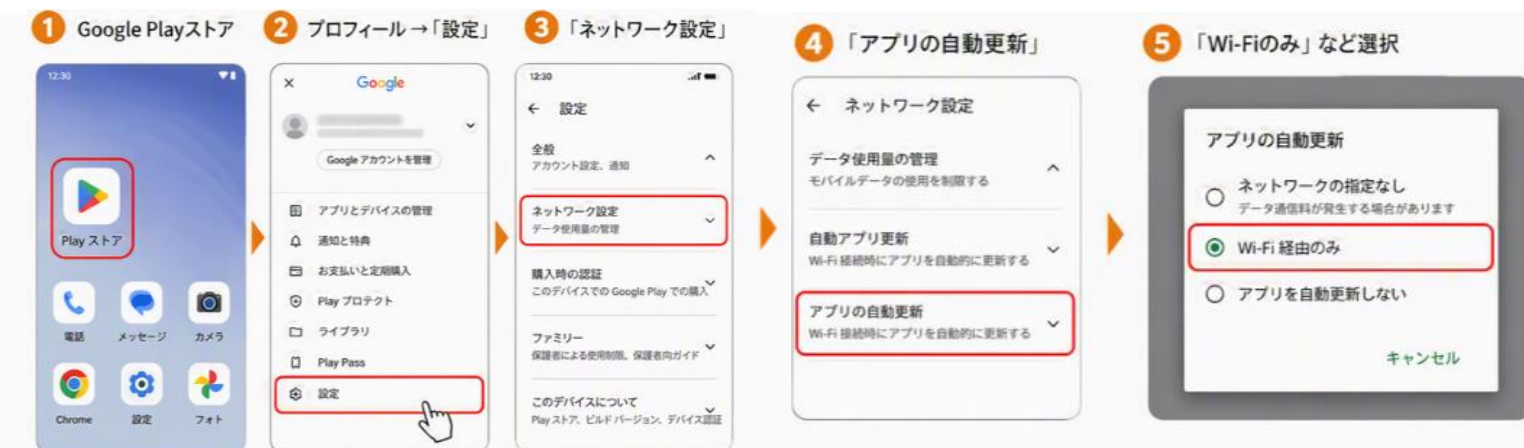
バージョンアップの方法

方法 1 Google Playストアから更新



※「すべて更新」をタップすると、すべての対象アプリが一括で更新されます。

方法 2 自動更新設定



※「Wi-Fi経由のみ」を選ぶと、Wi-Fi接続時のみアプリが自動で更新されます。

2.2 AI応援メッセージ同意画面

AI応援メッセージ同意画面



実証

3.健康データの登録

3.1 バイタル

3.2 生活記録

市内47か所に設置
オムロン血圧計HBP-9035



なんとなくの日々から、目的ある毎日へ。

健康状態を日々記録・管理することで、体調の変化に気づきやすくなり、健康づくりに役立てることができます。SaluDiで、あなたの健康管理をはじめましょう。

3

3.1 バイタル

血圧の登録（手入力の場合）



スマホホーム画面の
SaluDiアプリを開きます



「バイタル」を押します
「血圧」の
+ を押します



入力フィールドを押すと、
10キーが表示されます
値を入力し、「入力」を
押します

入力フィールド

入力処理
入力完了しました
OK
「OK」を押します



「戻る」を押します



入力した値が反映されます

3.1 バイタル

市内設置自動血圧計からの登録

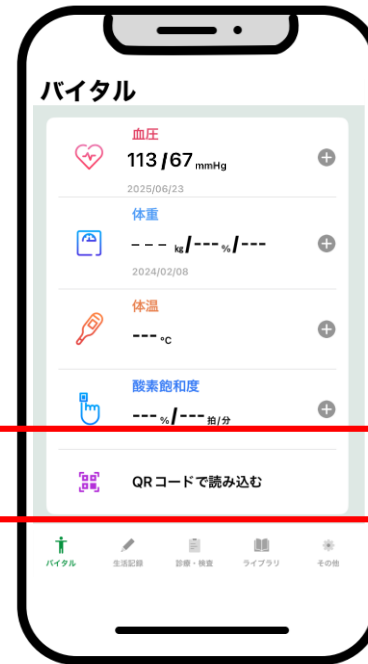
オムロン血圧計HBP-9035



市内47か所に設置されている
自動血圧計で測定する
※設置場所は全自動血圧計
設置を紹介するWebサイト
でご確認ください



全自動血圧計
設置紹介サイト



SaluDiアプリの「バイタル」→
「バイタルをQRコードで登録」
を押し、印字のQRコードを読み
取ります



入力画面表示後、
「入力」ボタンを押し
ます。



血圧に
測定結果が反映されている
のを確認します

3.1 バイタル

体重の登録

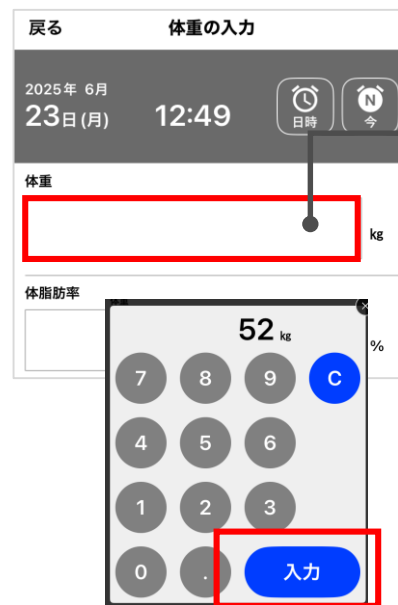
アプリ・各種測定機器との連携設定を行えば**自動連携**ができます。**手入力しか出来ない場合に本手順**を実施してください。



スマホホーム画面の
SaluDiアプリを開きます



「バイタル」を押します
「体重」の
+ を押します



入力フィールドを押すと、
10キーが表示されます
値を入力し、「入力」を
押します

入力フィールド

入力処理
入力完了しました
OK
「OK」を押します



「戻る」を押します



入力した値が反映されます

3.1 バイタル

入力方法について

測定結果の入力は、**手入力**のほか、スマートウォッチやアプリ・各種測定機器との連携設定を行えば**自動連携**ができます。

	項目	連携方法
バイタル	血圧	- 自動連携 - Bluetooth連携 - ヘルスコネクト（貸与された血圧計にて自動連携） - 手入力
	体重	- 手入力 - 自動連携 - Bluetooth連携 - ヘルスコネクト
	酸素飽和度	
	体温	- 手入力 - 自動連携 - ヘルスコネクト - NFC連携
	血糖値 （血糖値管理モード）	- 手入力 - 自動連携 - Bluetooth連携 - ヘルスコネクト - NFC連携

自動連携の詳細は
SaluDiの公式Webサイト または
SaluDiアプリ「その他ー連携機器一覧」をご確認下さい

- SaluDi公式Webサイト：
パーソナルヘルスレコード（PHR）管理アプリ
「SaluDi（サルディ）」
- SaluDiアプリ「その他ー連携機器一覧」



3.2 生活記録

歩数の確認



スマホホーム画面の
SaluDiアプリを開きます



「生活記録」を押します



今日の歩数が
確認できます

参考：歩数の連携方法（Google Fit→ヘルスコネクト連携）

歩数の連携方法（1/3）

「Google Fit」と「ヘルスコネクト」、2つのアプリを事前にインストールしてください。

SaluDi

1



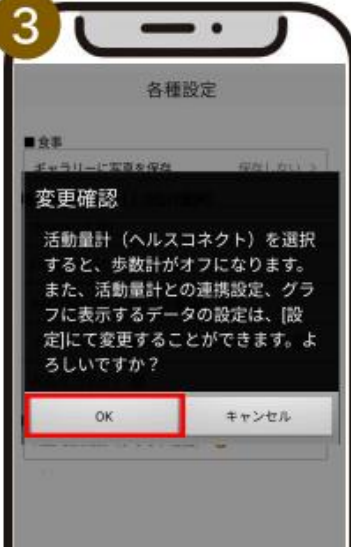
「その他」-「各種設定」を押します

2



■ 歩数・活動量のヘルスコネクトを選択します

3



変更確認の画面で「OK」を押します

4



ヘルスコネクト連携の「連携」を押します

5



「すべて許可」を ON にし、「許可」を押します

参考：歩数の連携方法（Google Fit→ヘルスコネクト連携）

歩数の連携方法（2/3）

「Google Fit」と「ヘルスコネクト」、2つのアプリを事前にインストールしてください。

ヘルスコネクト

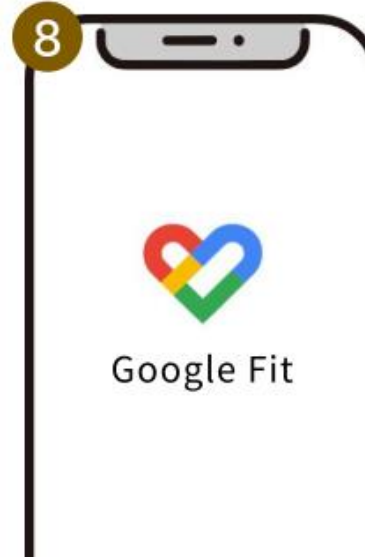
Google Fit



ヘルスコネクトを開き、「アプリの権限」⇒「Fit」を選択します



「すべて許可」を ON にし、「許可」を押します



Google Fitを開きます



“Fitとヘルスコネクトを同期する”の「始める」を押します



「設定」を押します

参考：歩数の連携方法（Google Fit→ヘルスコネクト連携）

歩数の連携方法（3/3）

「Google Fit」と「ヘルスコネクト」、2つのアプリを事前にインストールしてください。

Google Fit

11

Fit にヘルスコネクトへのアクセスを許可しますか？

このアプリにヘルスコネクトでの読み取りまたは書き込みを許可するデータを選択します

読み取りアクセス権を付与すると、このアプリは新規データと過去 30 日間のデータを読み取ることができます

Fit でのデータの取り扱いについて、デベロッパーの [プライバシー ポリシー](#) でご確認ください

すべて許可 ☒ ☐

許可しない ☐ **許可**

「すべて許可」を ON にし、「許可」を押します

SaluDi

12

接続完了

Fit がアクセスできるデータの確認と管理、接続されているアプリの管理は、[プロフィール] > [設定] で行えます。

完了

接続完了の画面で設定完了です「完了」を押します

SaluDi

13

生活記録

今日のカロリー収支
-937 kcal

摂取 0 kcal 消費 937 kcal

今日の歩数と活動量
64 歩 / 937 kcal

ヘルスコネクト同期

食事ノート

お薬ノート

「生活記録」-「今日の歩数と活動量」にて歩数の確認ができます

<データ同期について>
「ヘルスコネクト同期」ボタンを押すと、当日を含む3日前までの情報を手動で同期できます。

SaluDiアプリ「その他」-「各種設定」-「歩数・活動量」欄のヘルスコネクト設定→「期間指定データ取得」より操作すると最大30日分同期できます

3.2 生活記録

入力方法について

歩数の入力、スマートウォッチやスマホから**自動連携**ができます。それ以外は、手入力ができます。

	項目	連携方法
生活記録	歩数	- 手入力 - 自動連携 - ヘルスコネクト - NFC連携 ・Fitbit
	食事	- 写真 - 食事検索
	お薬ノート	- 手入力 - 直接入力 - QRコードで読み込む - ジェネリックあるのかな検索 - 服用記録
	体調ノート	- 手入力 - 今日のふりかえり など
	イベントノート	- 手入力 - 起床 - 飲み薬（簡易） - 運動 - 入浴 - 就寝 など

実証

4.AI応援メッセージの確認の仕方

4.1 AI応援メッセージの確認の仕方

AIがあなたを応援！

実証期間中（10～12月）は、AIが**応援メッセージ**をお届けします。
おすすめの市内ヘルスロードの紹介もあり、毎日の健康づくりを楽しくサポート。
ひとりじゃないから、続けやすい！



4.1 応援メッセージの確認の仕方

AI応援メッセージ



参考：AI応援メッセージの解除方法

同意後の解除したい場合



「その他」→
「団体（企業・自治体）」→
「日立市AI応援メッセージ連携」
を押します

「解除する」を押します

同意解除の完了

実証

5. 実証終了

5.1 参加後アンケート

5

5.1 参加後アンケート

日立市から届く参加後アンケートに回答 (1/2)

【日立市】共創プロジェクト令和8年度健康データ活用・実証事業の事後アンケートのお願い

■ 参加後アンケート 以下の URL を選択し、ご回答をお願いいたします。

https://secure-web.cisco.com/1tfx6yqq59hX1RPUil2C0g0YikR-bx8UlmEPj6zntsfMzY-YwA3jXU5TWEC44UQ8B1dobp3tRnrpkKfdj--uTqHCV54qV5gEAcF2_uda2ysKHtjvQG-vzx1ukyz8RHlWZbvM773KwWGkkDEIKKM9AU-TbmxUdPA2gTuoc-zzUla8zCAGZNdAzaegbF9G64rvHS71CWDy71OwdikxB DYIoVmrAaE2jbpEO5pYNEnd0feD9ZH54ZD5Oz_vtubv23VwY15JtdeCNRPyvzFVgl2P861N8gMZYWkllqesFZ0YOlpd8IVsIkOcmV5M5-xwb_9R0nvfrOHw2K2i8EPVTQ/https%3A%2F%2Flogofor.jp%2Fform%2F1Dg5%2F1048560

Q1. 参加者情報を入力してください

氏名 年齢

氏フリガナ 名フリガナ

生年月日

Q2. 現在、治療中の病気はありますか、あてはまるものを全て選んでください。(複数回答可)

☐ 糖尿病 ☐ 高血圧 ☐ 脂質異常症 ☐ 腎臓病 ☐ その他

Q19. この実証を続けられたモチベーションになったものは何ですか (複数回答)

☐ 高血圧が安定できる環境 ☐ 持続アプリの活用 ☐ 健康意識の実践 ☐ 継続できた達成感 ☐ 家族や友人の励まし ☐ 何となく続いた ☐ 健康リスタの気づき

Q20. アプリからの「AI応答メッセージ」は、アプリを開くきっかけになりましたか

☐ きっかけになったと思う ☐ ある程度きっかけになったと思う ☐ どちらともいえない ☐ あまりきっかけになったと思わない ☐ きっかけになったと思わない ☐ 「お知らせ (通知)」に気づかなかった

Q21. アプリからの「AI応答メッセージ」は、血圧や体重を測定するきっかけになりましたか

☐ きっかけになったと思う ☐ ある程度きっかけになったと思う ☐ どちらともいえない ☐ あまりきっかけになったと思わない ☐ きっかけになったと思わない ☐ 「お知らせ (通知)」に気づかなかった

Q22. 今回の取り組み、ご家族や友人にも勧めたいと思いますか

☐ 強く思う ☐ そう思う ☐ どちらともいえない ☐ あまり思わない ☐ 思わない

→ 確認画面へ進む 入力内容を一時保存する

必須は必ず入力

令和8年12月中旬頃に
日立市から「参加後アンケート」が
メールに届きます

メール文の
「参加後アンケート」のURLを
押します

入力フォームに従い**必須**を全て入力します (全20問)
「メールアドレス」は、本ご案内メールのアドレスを入力してください
「→確認画面に進む」を押します

5.1 参加後アンケート

日立市から届く参加後アンケートに回答 (2/2)

入力フォーム

Q17. 過去1か月に体重を測定した頻度について教えてください
ほぼ毎日

Q18. あなたの健康行動と健康アプリの活用に対して、
に役立つと思いますか
思う

Q19. この実証を続けられたモチベーションになったも
血圧が測定できる環境

Q20. アプリからの「AI応援メッセージ」は、アプリを
きっかけになったと思う

Q21. アプリからの「AI応援メッセージ」は、血圧や体
きっかけになったと思う

Q22. 今回の市の取り組みを、ご家族や友人にも勧めた
強く思う

← 1つ前の画面に戻る **→ 送信**

入力内容を確認し、
「→送信」を押します
※内容を修正する場合は、
「← 1つ前の画面に戻る」を押します



入力フォーム

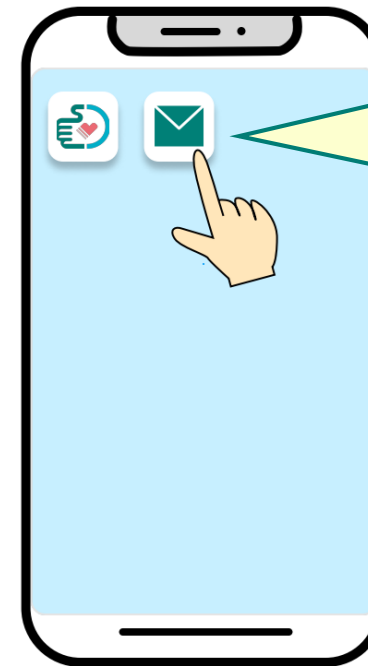
送信完了

ご回答ありがとうございました。

【お知らせ】
1. 引き続き、健康アプリ「SaluDi」は利用できます
血圧測定や体重測定等、健康管理のために
「SaluDi」をご利用ください。
2. 健康アプリ「SaluDi」の医療機関連携コードの削
除を希望するへ
医療機関連携コードの削除方法は、市のホーム
ページをご確認ください。
3. 次年度も共創プロジェクト実証事業のご案内を
いたします
共創プロジェクト実証事業は、令和7年度から
令和9年度の3年間となっております。次年度もご
案内させていただきますので、ご了承ください。なお、
ご案内が不要な場合は、お手数でも、日立市健
康づくり推進課共創プロジェクト担当（電話
0294-21-3300）まで、ご連絡ください。

『送信完了』と表示されれば
参加後アンケートは完了です

合わせて



「参加募集入力フォーム」内で
入力したメールアドレス宛に
**「申し込み完了メール」も
届きます**

送信完了 - 令和7年度健康データの活用・実証
事業参加者の皆さまへ 令和8年度参加継続
申込・事前アンケート [受付番号:XX00000557]

【今後の流れ】
1. 健康アプリ「SaluDi」を利用しよう
引き続き、血圧測定や体重測定等、健康管理のために「SaluDi」をご利用ください。
また、今年度お申込みされた方には、10月から12月の間に歩数等の入力状況に応じて
「AI応援メッセージ」をお送りします。「SaluDi」のアップロード及び「AI応援メッセージ」の同意が必要です。
（詳しい方法は、市ホームページ https://secure-web.cisco.com/1T8hL7fugchVHsEL84guhOKI-gumBU66_RINirANMDH9euMMY3XpK4Gwe2dFpNDemvqGKs6gXHL9pb3GMWPIUohGAJ55-1llyht9hP4STQIC0ceWqToCmbEtleNEKxLPGIKOZbACP65ovqgXIn8EwColDTg40G1uNGmsLrB7UgtDskHbKAt6mCwaXdgNl87N8r0lmxgh65_EA_mgPnGdMzXBg/http%3A%2F%2Fwww.city）
2. 事後アンケートへのご協力をお願いします
令和8年12月中旬に、「事後アンケート」の回答フォームをご登録のメールアドレスへお送りします。
今後の事業展開の参考とさせていただきますので、回答へのご協力をお願いします。
フォーム
令和7年度健康データの活用・実証事業参加者の皆さまへ 令和8年度参加継続申込・事前アンケート

