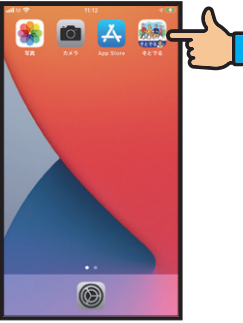
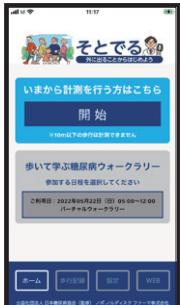


「そとでる」操作ガイド-iPhone

No.	画面	内容
0	 その1.ダウンロードについて その2.アカウント登録について その3.ホーム画面について その4.歩いてみよう その5.記録写真を撮ろう その6.歩行記録について その7.記録写真の保存について その8.記録写真の投稿について その9.機能が効かない場合は設定を確認	「そとでる」アプリのダウンロードから操作についてご紹介いたします。 確認したい操作方法をご覧ください。
1-1	その1.ダウンロードについて 	iPhoneのホーム画面にある「App Store」を押して下さい。 WEBサイト「歩いて学ぶ糖尿病バーチャルウォークラリー」内にQRコードがあるので、そちらをカメラアプリでかざしていただいても結構です。
1-2		画面右下にある「検索」を押してください。
1-3		こちらの検索欄に、「そとでる」と入力して、「確定」、「検索」を押して下さい。
1-4		「そとでる」のアプリが表示されましたら、「入手」を押して下さい。

「そとでる」操作ガイド-iPhone

No.	画面	内容
1-5		「インストール」のボタンが表示されますので、押していただき、Apple IDとパスワードを入力して、インストールを行ってください。 Apple IDはご自身のiPhoneをご確認ください。 (6ページ目をご参照ください)
1-6		インストールが完了したら、ホーム画面にアイコンが追加されます。 これでインストール完了です。
2-1	その2.アカウント登録について 	アカウント登録を行います。 画面下の「設定」を押して下さい。 「はじめての方はこちら」を押して下さい。
2-2		入力欄を全て入力してください。 パスワードはメモをしておくなど、お忘れにならないようにご注意ください。 「プライバシーポリシー」をご確認いただき、よろしければ「登録」を押して下さい。 これで登録は完了です。
3-1	その3.ホーム画面について 	画面上にある「いまから計測を行う方はこちら」は日々の歩行でご使用下さい。 一日、何度でも計測することができます。 10m以下の歩行は計測しませんのでご注意ください。

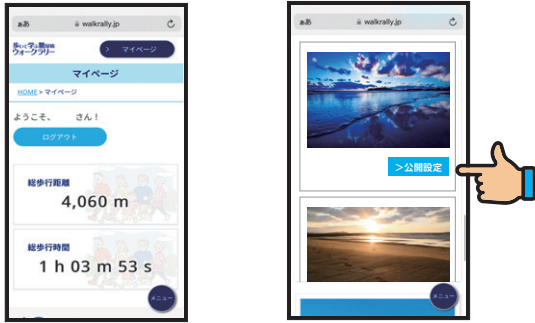
「そとでる」操作ガイド-iPhone

No.	画面	内容
3-2		「歩いて学ぶ糖尿病バーチャルウォークラリー」のイベント時に使用します。 イベント当日のみ有効となります。
4-1	その4.歩いてみよう 	それでは歩いてみましょう。 「開始」を押して下さい。
4-2		歩行距離、およその歩数、歩行時間が表示されます。「スタート」を押して歩きはじめてください。10m以下の歩行は計測しませんのでご注意ください。歩き終わったら「ゴール」を押してください。 ゴールを押してしまうと計測が終了してしまいますのでご注意ください。 また、一時停止機能はありません。 歩行及びランニングの場合のみ計測できます。
5-1	その5.記録写真を撮ろう 	歩行中に、周りの景色や印象に残ったものなどをiPhoneのカメラで撮影して下さい。 歩行履歴に保存することができます。 ※写真家太田晃司さんの作品
5-2		写真を撮る際は、ホーム画面に戻って、ご自身のiPhoneに入っているカメラアプリを使用して撮影をしてください。「そとでる」アプリの画面は一旦消えますが、カメラアプリを使用している際も「そとでる」アプリの歩行記録はついておますのでご心配ありません。

「そとでる」操作ガイド-iPhone

No.	画面	内容
6-1	その6.歩行記録について 	「歩行記録」は歩行された記録を見ることができる画面です。 「総歩行距離」「おおよその歩数」「総歩行時間」は歩行された全ての総合計数になります。
6-2		歩行した履歴を押して下さい。 歩行記録のページに歩行した道順が表示されます。
7	その7.記録写真の保存について  保存する写真を間違った場合は、選択した写真を押して「削除」を押して「はい」を押すと削除されます。	写真の保存についてです。 カメラマークを押すとiPhoneで撮影した写真画面になります。そこから歩行した時に撮影した写真を選択して最大5枚まで保存することができます。 保存する写真を間違った場合は、選択した写真を押して「削除」を押して「はい」を押すと削除されます。
8-1	その8.記録写真の投稿について 	写真をマイページに保存を押して下さい。 保存したい写真を選択すると「写真をマイページに保存しました」の表示がでます。
8-2		写真の保存が完了したら、左上の「<」を押して、下部のメニュー「WEB」を押して下さい。 WEBサイト「歩いて学ぶ糖尿病バーチャルウォークラリー」に移ります。

「そとでる」操作ガイド-iPhone

No.	画面	内容
8-3		写真の投稿はWEBサイト「歩いて学ぶ糖尿病バーチャルウォークラリー」のマイページから行います。 「マイページ」を押して下さい。 登録フォームに「メールアドレス」、「パスワード」を記入の上「ログイン」を押して下さい。
8-4		マイページを下に方にスクロールし、投稿したい写真の「公開設定」を押して下さい。 投稿した写真はWEBサイトの「フォトギャラリー」で一般に公開されます。 ※写真家太田晃司さんの作品
8-5		投稿された写真は「メニュー」の「フォトギャラリー」から見るができます。 フォトギャラリーで良い写真があれば「いいね」を押してみましょう。 ※写真家太田晃司さんの作品
9-1	その9.機能が効かない場合は設定を確認 	「そとでる」アプリを使用するにあたり、機能が効かない場合は、設定が正しくされているかご確認ください。 まず初めに「設定」を選択して「そとでる」を選択して下さい。
9-2		「位置情報」は道順を計測するために必要になります。「このAppの使用時のみ許可」または「常に」のどちらかを選択して下さい。 「常に」を選択すると、「そとでる」アプリを使用していない時も作動し、バッテリーを使用するので、「このAppの使用時のみ許可」を推奨いたします。 ★補足(下記をご参照ください)

「そとでる」操作ガイド-iPhone

No.	画面	内容
9-2		写真の保存ができない場合 「設定」を選択して「そとでる」を押してください。 「写真」を選択して下さい。 「選択した写真」または「すべての写真」を選択して下さい。 「すべての写真」を選択された場合は、iPhoneに保存されている全ての写真が対象となります。
9-3		歩いた距離、歩数が計測されない場合 「モーションとフィットネス」がONになっているか確認して下さい。

★9-2補足

1から7までの手順を経ずに、アプリ未使用のままで設定画面に行くと、「Siriと検索」「モバイルデータ通信」のみになります。この9-1の画面と同様の設定にするには、アプリを1から7の手順で利用ください。

★Apple IDの確認方法

設定からご確認することができます。

- ①設定を押す。
- ②氏名を押す。
- ③表示されているメールアドレスがApple IDです。



■お願い

「そとでる」アプリを使用する際は、周りに注意し、お体に無理のないよう歩行を行って下さい。