



健康
アプリ
登録

P-WALK

使い方ガイド

iPhone版

STEP
1

アプリをダウンロード



左の QR コードを
読み取る
または
App Store から
「P-WALK」を検索



入手をタップ
→承認
→ダウンロード

STEP
2

アプリにログイン



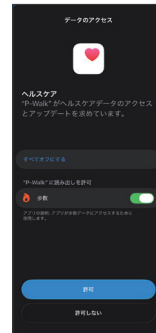
アプリを起動して
メールアドレスと
パスワード*を入力
→ログイン
→ボーナス GET!



*メールアドレス：共済申込時に登録したアドレスです。
パスワード：生年月日（西暦表記の数字8ケタ）です。

STEP
3

「ヘルスケア」と連携*



この画面が出たら
歩数をオン
→許可をタップ
→「ヘルスケア」
アプリと連携できます

*連携できなかった場合は
下記の
「ヘルスケアの連携方法」
をご参照ください。

STEP
4

設定完了



この TOP 画面が
表示されたら
設定完了です!

STEP
5

歩数を確認してみよう



ヘルスケアとの連携で
今日の歩数が確認
できます

上位を目指して
がんばりましょう!

STEP
6

コンテンツを楽しもう!



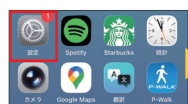
他にもさまざまな
コンテンツをお楽しみ
いただけます。

詳しくは裏面を
ご覧ください。

ヘルスケアの連携方法



◀健康管理→歩数の画面上に、このような表示が出た場合は下記の手順で連携を行なってください。



iPhone「設定」→



プライバシーとセキュリティ→



ヘルスケア→



P-WALK→歩数をオンにする

アプリのご利用について

①2026年2月28日までに共済契約が完了している方（契約者）

アプリをインストールし、IDは共済お申し込み時のメールアドレス、パスワードはご自身の生年月日8桁*でアプリログインが可能です。*2000年1月1日の場合「20000101」となります。

②2026年3月1日以降に共済契約をお申し込みの方（契約者）

アプリのご利用は、共済申込月の翌月20日（3月に共済を契約した場合は4月20日）にアプリログインが可能となります。ご連絡をお待ちください。



健康
アプリ

P-WALK

って何ができるの？

iPhone版

ログイン
するだけ！

1

ログインでポイントゲット！



Point
Get!

毎日ログインすれば、ログインボーナス
+500 ポイントがもらえます！

2

歩いてポイントゲット！



Point
Get!

「獲得する」ボタンを押してください！
毎日歩くだけでポイントがたまります。

ダイエットの
記録にも！

3

健康管理



Point
Get!

歩数や体重の記録で健康管理ができます。
体重や体脂肪の登録でもポイント獲得！

今日の
運勢は？

4

ポイントおみくじ



Point
Get!

毎日おみくじを引いて
ポイントを貯めよう！

お得に
お買い物
できちゃう！

5

ショップ



たまったポイントでお得にショッピングを
お楽しみいただけます。優待割引や懸賞も！

健康の
豆知識に

6

注目テーマ TOP7



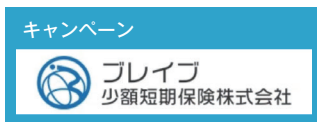
テーマごとに健康に役立つコラムが掲載
されています。

Contents

TOP 画面下のバナーから、さまざまなお役立ち情報にアクセスできます！



YouTube「がん保険の専門家チャンネル」



弁護士保険「ブレイブ少額短期保険」



映画「栄光のバックホーム」