



# 「やることチャレンジ」 マニュアル

## 毎日スタンプをもらおう夏休みの 「ラジオ体操カード」のような楽しみ



### 目的は「日々の記録」であり、「達成」を目指すもの

記録の「値」を評価するものではなく、自分が選んだ健康への取り組みに「日々触れること」に重きを置き、取り組んだか否かを記録した「実行」を評価するものです。

### 続けるためには、簡単であること、楽しいこと

達成するためには、記録行動が簡単な動きで実現できることが重要であると考えます。1クリックで記録が完了、そして、スタンプをもらうようなちょっとしたトキメキを設けて、毎日アクセスして記録する意欲を高めます。

# 選べるコース

以下の中から、3つのコースを選択し、チャレンジ期間中に実行してください。選択したコースの内容がクリアできたら、「☆」を記録してください。

| コース              | 達成基準<br>(日) | コース                | 達成基準<br>(日) |
|------------------|-------------|--------------------|-------------|
| 野菜から食べようチャレンジ    | 40          | 発酵食品を摂るチャレンジ       | 40          |
| ダブル炭水化物から卒業チャレンジ | 40          | お酢の習慣化チャレンジ        | 40          |
| 魚を週3回以上食べるチャレンジ  | 30          | 快眠目覚めスッキリチャレンジ     | 40          |
| 間食はやめようチャレンジ     | 40          | 本気のラジオ体操チャレンジ      | 40          |
| 甘い飲料飲まないチャレンジ    | 40          | 歯間ブラシ・デンタルフロスチャレンジ | 40          |
| 揚げ物を控えるチャレンジ     | 40          | 1日1回心から笑うチャレンジ     | 40          |
| 休肝日チャレンジ         | 25          | 1日1回運動チャレンジ        | 40          |

# やることチャレンジの流れ

チャレンジ  
期間

結果表示  
期間

参加宣言ページで  
参加宣言する

取り組んだことに  
チェックを入れる

取り組み  
結果を見る



目標達成!

# エントリー方法（チャレンジページへ）

## PC



トップページの「健康チャレンジ」枠にバナーを表示。アクセスする時期によって告知ページやチャレンジページに自動的に遷移します。

## SP



トップページの「健康チャレンジ」枠にバナーを表示。アクセスする時期によって告知ページやチャレンジページに自動的に遷移します。

## Pep Upアプリ



キャンペーン一覧ページの「健康チャレンジ」枠にバナーを表示。アクセスする時期によって告知ページやチャレンジページに自動的に遷移します。

チャレンジで選択できるコースが表示されます。  
やりたいコースを選択して、チャレンジページに  
表示します。  
表示するコースはチャレンジ開始後も変更できま  
す。

ページデザイン（色）をお好みで選択できます。  
選んだデザインがチャレンジページへ反映されます。  
デザインもチャレンジ開始後に変更できます。

告知ページでチャレンジへの参加が可能です。  
参加ボタンを押すと、チャレンジの開始をお待ち  
いただく旨のアナウンスが表示されます。



## ●ステータス別メッセージ

時期によって変化するメッセージ。

## ●現在の参加者表示

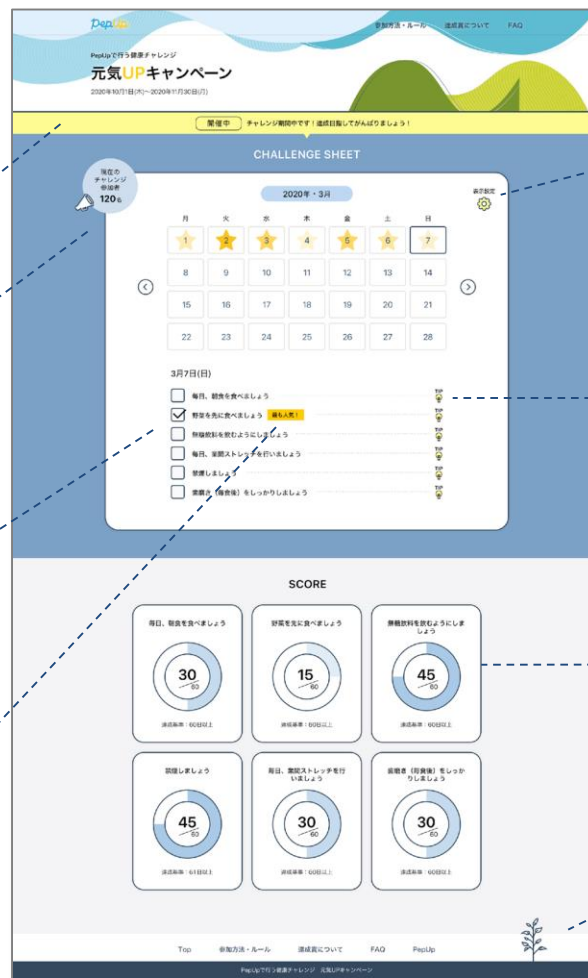
チャレンジに参加している人数を表示。  
(参加宣言した人の合計人数)

## ●今日の分の記録

今日の分の記録はここで日付をクリックするだけ。カレンダー表示によってどれくらい実行が続いているかひと目でわかります。

## ●人気のコース

もっとも記録の多いコースに「最も人気！」ラベルを表示します。



## ●表示設定

ユーザーが各コースの表示・非表示を設定できます。「毎日記録するから、チャレンジするコースだけを表示したい」を叶えます。  
また、ページの色変更もここから行えます。

## ●TIP (達成のコツ)

達成するためのコツや取り組みの解説など【自由記載】

## ●達成度ゲージ

達成基準に対してどれくらい記録が行われているかもわかります。

## ●成長する植物

キャンペーン期間中、少しずつ植物が成長していきます。

## 表示設定

### 選んだコースだけを表示、色も自由にチェンジ

コースごとに表示・非表示をいつでも設定でき、毎日自分が取り組もうと決めたコースだけを表示させることができます。

また、ページの色を変えることができるので、長いチャレンジ期間で気分を変えることができます。



カラーバリエーションは、ワイン、ブルー、ライムグリーン、パープル、コーラルの全5色

## 成長する画像

### 毎日のお楽しみ、気づいてくれる人、いるかな

フッターに表示する画像が、チャレンジ期間中、少しずつ成長して大きくなっていきます。

参加ユーザーが経過日数によって植物が大きくなることに気づき、「明日もやろう」という気持ちにさせてくれます。



実行したら1クリックするだけでスタンプGET。毎日だから簡単に。  
対応する「日々の記録 やること」にもチェックが入ります。

## 記録をする



<PC>



<スマホ>

## 画面構成

- 一度に表示されるカレンダーの期間は1ヶ月（スマホは3日）
- 月の切り替えはスライドで行う
- カレンダーの日付を1回クリックまたはタップすることで日付が選択される
- 選択されている日付に対するコース（やること）がカレンダー下に表示される
- やることにチェックを入れたり外したりできる
- カレンダーの下に表示するコースは「表示設定（歯車アイコン）」でいつでも自由に設定できる

入力締め切日の翌日から表示。見事にコースの達成条件をクリアしたら、ご褒美スタンプが表示されます。

## ●ご褒美スタンプ

100%達成した取り組みには花の  
[達成] スタンプを表示します。

達成!

## ●ポイント付与予定など掲載



## ●取り組み結果表示

達成条件をクリアしたかどうか、  
チャートを用いてわかりやすく伝  
えます。

# 参加方法・ルールページ

チャレンジ期間中いつでも読める参加方法やルールを説明するページを用意します。質問が多い「遡り可能日数」や操作方法など、画像を使ってわかりやすく。

## おもな内容

- キャンペーンの進行について
- 達成とは
- 今日の記録をする
- 過去の日付の記録をする
- チャレンジするコースを変える
- デザインを変える
- コースの豆知識を読む
- 達成すると、どんないいことがあるの？
- FAQページへのリンク

