



健康いきいきナビⅡ

A&D 体組成計「UC-421BLE」利用手順書

Rev. 1.00

作成者	名古屋大学 予防早期医療創成センター
作成日	2025 年 3 月 14 日
最終更新日	2025 年 3 月 14 日

目次

目次	1
変更履歴	2
A&D 活動量計「UC-421BLE」をアプリに接続する	3
接続準備	3
Bluetooth 経由での接続設定「ペアリング」	3
体組成計で各種の体組成を測定する	7
ユーザー番号の確認	7
体組成の測定	9
測定した体組成データを健康いきいきナビ II に取り込む	11
前提条件	11
測定データの取得手順	11
A&D 体組成計「UC-421BLE」の設定項目	14
設定画面を開く	14
各設定項目に関する詳細	15
データ同期	15
LED 発行色	15
時刻同期	16
ユーザー登録管理	16
ペアリング削除	16
A&D 体組成計「UC-421BLE」との Bluetooth 接続の解除	17
アンペアリング操作	17
体組成計を使用中の全ユーザーのアンペアリング操作	21
困った時は	27
よくある質問	27
サポートサイト	27
お問い合わせ先	27

変更履歴

変更日	変更内容	備考
2025 年 3 月 14 日	初版作成。	

A&D 活動量計「UC-421BLE」をアプリに接続する

本書では「健康いきいきナビ II」のスマートフォンアプリを使用して、A&D 社製の体組成計「UC-331BLE」を Bluetooth 経由でお使いのスマートフォンと接続し、測定した体組成に関わるパーソナルヘルスレコード (PHR データ) を「健康いきいきナビ II」に取り込んで利用する手順を紹介いたします。

接続準備

まず、以下をお手元にご準備ください。

- 「健康いきいきナビアプリ」をご利用いただいているスマートフォン
- A&D 体組成計「UC-421BLE」

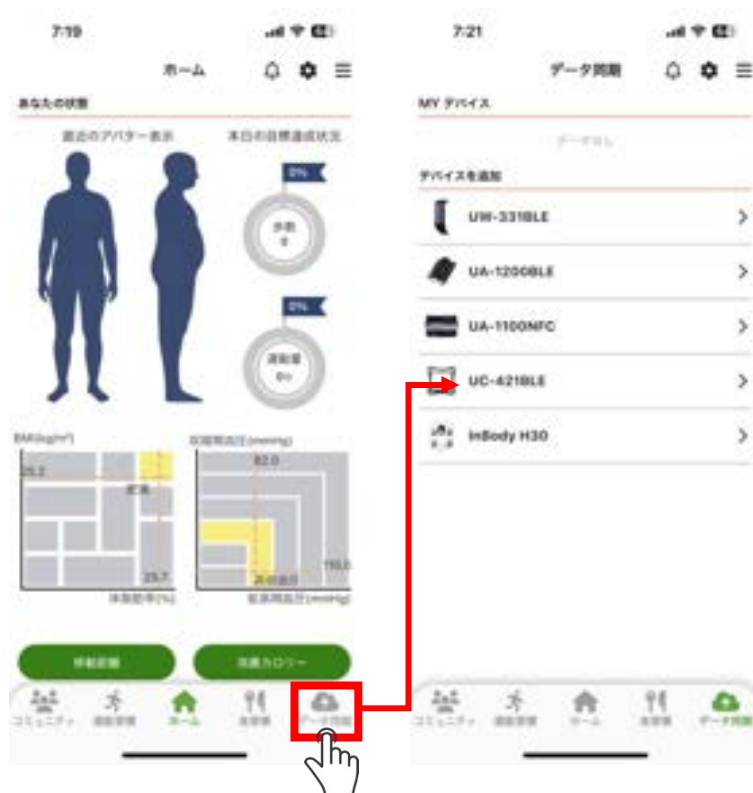
前提条件:

- ✓ 「健康いきいきナビアプリ」がお使いのスマートフォンにインストールされており、ご自身のユーザーアカウントにてログイン済みの状態であること。
- ✓ A&D 体組成計「UC-421BLE」に十分に残量のある乾電池が投入されており、動作する状態であること。

Bluetooth 経由での接続設定「ペアリング」

健康いきいきナビ II のアプリと A&D 活動量計「UC-421BLE」との接続は、Bluetooth を介して実施されます。Bluetooth を使ったデータ通信を行うには、スマートフォンと活動量計の「ペアリング」作業が必要となります。以下にペアリングの手順をご紹介します。

ステップ 1: 健康いきいきナビ II アプリを起動し、ホーム画面下部にあるナビゲーションバーに表示されている「データ同期」をタップしてデータ同期画面を開く。



ステップ 2: デバイスを追加一覧にある「UC-421BLE」をタップ。**ステップ 3: 「UC-421BLE」画面に遷移し、スマートフォンの周辺にあるデバイスの検索が実施され、その結果が表示される。**

「UC-421BLE」が表示されない場合は、デバイスをスマートフォンの近くに寄せてから、「デバイスを探す」ボタンをタップして再検索を実施します

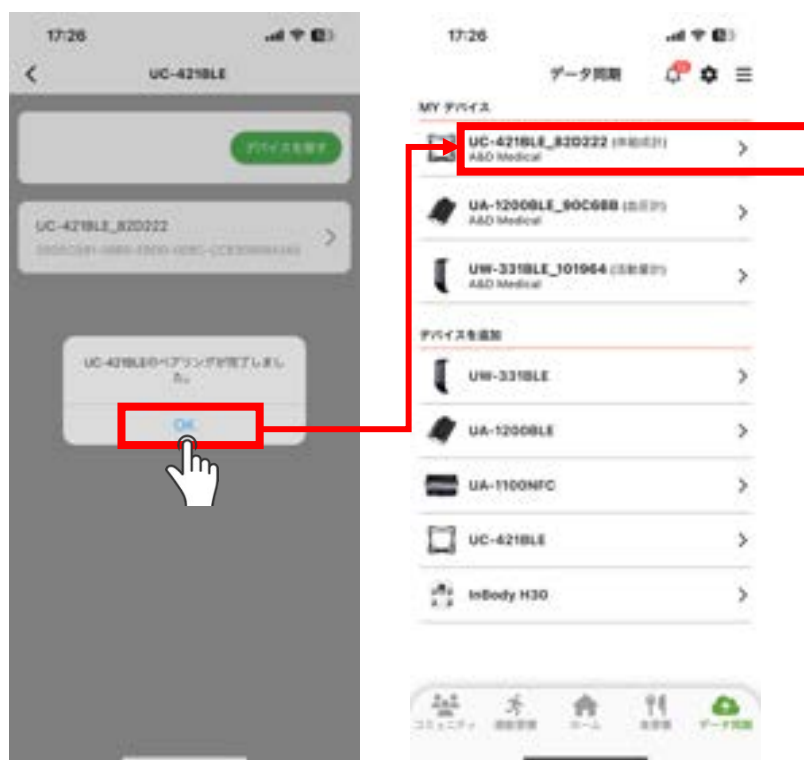
ステップ 4: ペ어링対象の体組成計をタップ。



ステップ 5: ペ어링処理中に「Bluetooth ペ어링」のダイアログが表示されたら、「ペ어링」をタップ。



ステップ 6: ペアリング完了のダイアログが表示されたら、「OK」をタップ。データ同期画面に戻り、My デバイスに「UC-421BLE」が表示されたらペアリング完了。



体組成計で各種の体組成を測定する

体組成計に蓄積された体組成データを後から健康いきいきナビ II に取り込むには、体組成計とスマートフォンのペアリング時に自動的に付与されている「ユーザー番号」に測定データを保存する必要があります。まずはこの「ユーザー番号」の確認を行う手順、続いて体組成計で体組成を測定する手順をご紹介します。

なお、ユーザー番号の確認はスマートフォンを使用しますが、体組成計を使用して測定した体組成データは体組成計の本体に保管されるため、測定は体組成計のみで実施します。

ユーザー番号の確認

ステップ 1: 健康いきいきナビ II アプリを開き、ナビゲーションバーで「データ同期」をタップして、データ同期画面を開く。



ステップ 2: My デバイス一覧で A&D 体組成計「UC-421BLE」を左にスワイプし、「設定」をタップする。



ステップ 3: 体組成計の設定画面にて表示されるユーザー番号を確認する。



体組成の測定

ステップ 1: 体組成計に乗る。1～2 秒で“ピッ”と音になって血圧計の電源が入る。



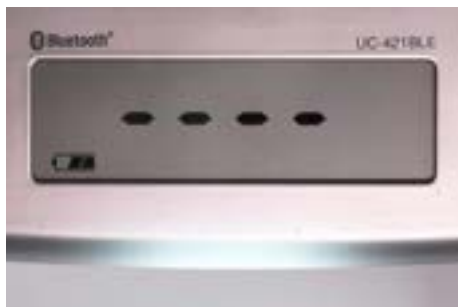
ステップ 2: 測定が開始され、本体画面に「-----」と「□□□□」が表示され測定が進む。



ステップ 3: 測定が完了すると、本体画面に「STEP」と「OFF」が表示される。体組成計から降りる。

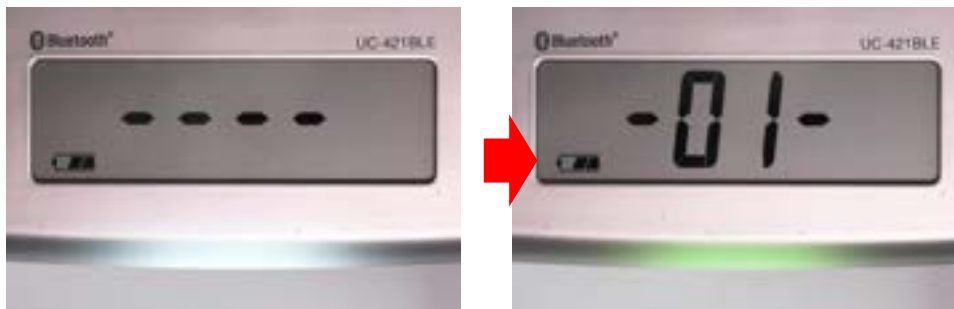


ステップ 4: 測定結果の保存が開始され、画面に「----」もしくは「-01-」のように表示される。

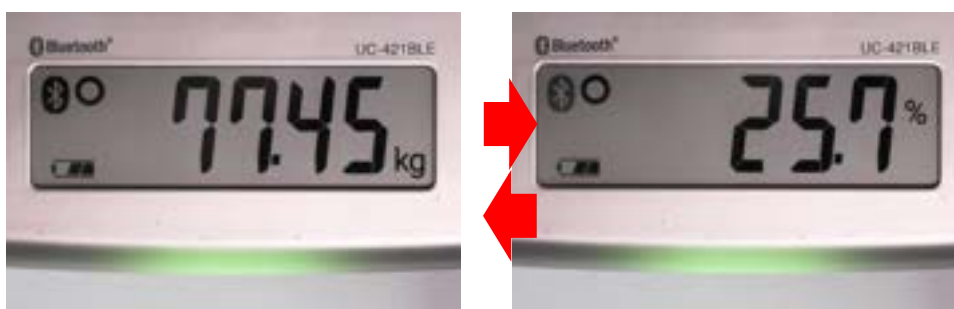


以前に測定していれば
ユーザー番号が自動的
に選択されます

ステップ 5: 必要に応じて「体組成計の金属部分」を手や足で触って、本体画面に表示される数字をご自身のユーザー番号に変更する。



ステップ 6: 測定結果が保存され、本体画面に測定結果が繰り返し表示されたら測定完了。



注 意

A&D 体組成計「UC-421BLE」においては、ユーザー毎に最大 30 回分の測定データを体組成計本体に保管することができますので、測定の都度、「健康いきいきナビ II」に測定データを同期する必要はありません。ただし、日々の健康状態をアプリ上で閲覧できるようにするには、できるだけこまめにデータ同期を行うように心がけましょう。

測定した体組成データを健康いきいきナビ II に取り込む

A&D 体組成計「UC-421BLE」では測定した体重や体脂肪率、BMI などの体組成データを本体に測定・保持することができます。健康いきいきナビ II はこれらの体組成データを取得し、そのデータをグラフなどで分かりやすく可視化し、さらに食事のおすすめなどを提案します。以下に健康いきいきナビ II に A&D 体組成計から体組成データを取得する手順を紹介します。

前提条件

体組成計で測定した体組成データを健康いきいきナビ II に取得するには、以下の前提条件を満たしている必要があります。

1. スマートフォンに健康いきいきナビ II アプリがインストールされている。
2. 健康いきいきナビ II アプリにはユーザーとしてログインしている。
3. アプリと体組成計のペアリングが完了している。
4. 体組成計で測定した体組成データが既にある。

測定データの取得手順

ステップ 1: 健康いきいきナビ II アプリを開き、ナビゲーションバーで「データ同期」をタップして、データ同期画面を開く。



ステップ 2: My デバイス一覧で A&D 体組成計「UC-421BLE」をタップする。



ステップ 3: スマートフォンの周辺にある A&D 体組成計の検出と接続を実行し、正常に体組成計との Bluetooth 接続が完了すると、体組成計から体組成データのダウンロードを開始。



ステップ 4: 活動量計が保有している全ての活動量データをダウンロードすると、続いてサーバーへのアップロードを行い、これが完了した時点でダイアログが表示される。



ステップ 5: 「OK」をタップしてダイアログを閉じると、アプリのホーム画面に遷移し、取得した最新データを画面に反映。



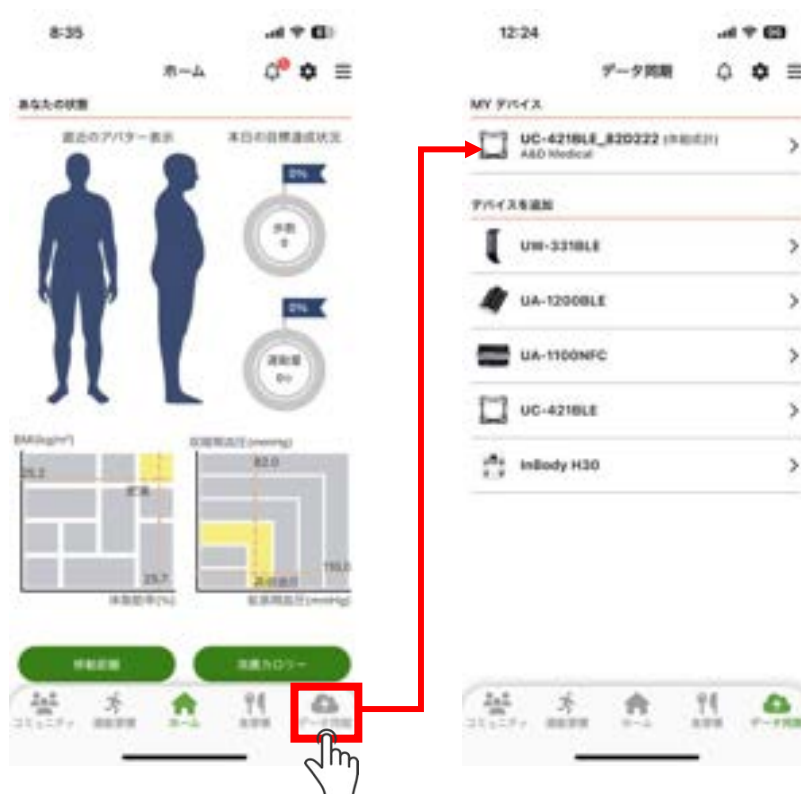
A&D 体組成計「UC-421BLE」の設定項目

健康いきいきナビ II アプリでは、A&D 活動量計「UC-421BLE」との動作に関わる以下の設定項目が用意されています。各設定項目に関して以下に説明します。

設定画面を開く

A&D 体組成計「UC-421BLE」の設定画面は以下の要領で開きます。

ステップ 1: 健康いきいきナビ II アプリを開き、ナビゲーションバーで「データ同期」をタップして、データ同期画面を開く。



ステップ 2: My デバイス一覧で A&D 体組成計「UC-421BLE」を左にスワイプし、「設定」をタップすると設定画面が表示されます。



各設定項目に関する詳細

A&D 体組成計「UC-421BLE」に対する設定項目は以下の 5 項目となります。

データ同期

この設定項目が ON の状態の場合、My デバイス一覧に表示されている A&D 体組成計「UC-421BLE」をタップした際に自動的にデータの取得を開始します。アプリのデフォルト状態では本項目は ON に設定されています。

なお、本項目が OFF に設定されている場合、My デバイス一覧に表示されている A&D 体組成計「UC-421BLE」をタップしても自動的にデータ同期は実行されず、「体組成計とのデータ同期」画面に遷移するのみとなります。データ同期を実施するには、同画面上の「データを同期する」ボタンをタップします。



LED 発光色

体組成の測定時にユーザーの識別が容易になる様に、ユーザー番号毎に異なる LED の発光色を設定することができます。発光色を変更するには「LED の発光色を変更」ボタンをタップし、好きな色を選択した後「閉じる」ボタンをタップします。



時刻同期

この設定項目が ON の状態の場合、健康いきいきナビ II アプリと A&D 体組成計「UC-421BLE」間でデータ同期が開始された時点で自動的にスマートフォンと時刻を同期します。アプリのデフォルト状態では本項目は ON に設定されています。

短期間の海外渡航中など、現地時刻に合わせたくない場合は、本項目を OFF に設定します。この場合、A&D 体組成計「UC-421BLE」の時刻をスマートフォンの時刻と自動的に同期することは行われません。

任意のタイミングで、スマートフォンの時刻に A&D 体組成計の時刻を同期したい場合は、設定画面に表示されている「時刻を同期する」ボタンをタップしてください。



ユーザー登録管理

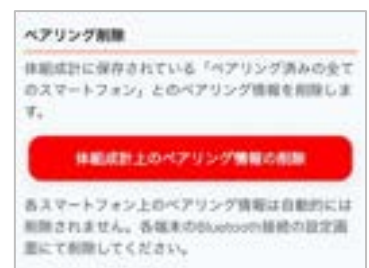
A&D 体組成計「UC-421BLE」と健康いきいきナビ II アプリのペアリングを行うと、自動的にユーザー番号が付与されます。本設定項目ではご自身の健康いきいきナビ II のアカウントに対して付与されたユーザー番号の削除や、同じ体組成計を利用中の全ユーザーのユーザー番号を削除します。

削除されたユーザー番号に紐づいて保存されていた当該ユーザーの測定データについても同時に削除されますので、ご注意ください。



ペアリング削除

前項での全ユーザーのユーザー番号の削除などを行った後、全てのスマートフォンとのペアリング情報を削除します。これにより体組成計は完全にリセットされます。



A&D 体組成計「UC-421BLE」との Bluetooth 接続の解除

Bluetooth を介して接続しているデバイス間の接続を解除するには「アンペアリング」と呼ばれる作業を実施します。

アンペアリング操作

健康いきいきナビ II をインストールしたスマートフォン側のアンペアリングには、アプリ上の体組成計設定画面のユーザー登録管理から体組成計およびアプリ上のユーザー番号登録を削除しするとともに、スマートフォン OS の Bluetooth 接続登録の削除を実施する必要があります。

ステップ 1: 健康いきいきナビ II アプリを開き、ナビゲーションバーで「データ同期」をタップして、データ同期画面を開く。



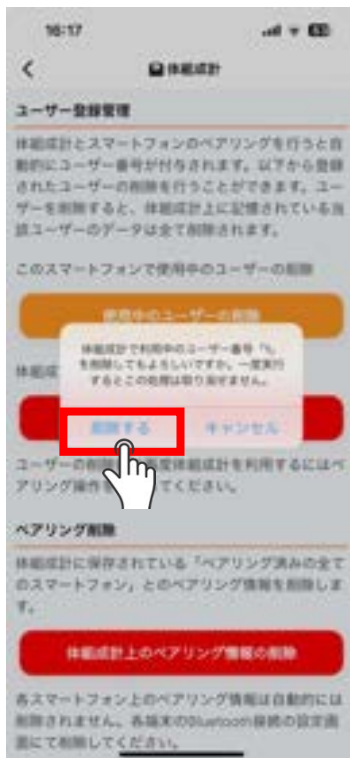
ステップ 2: My デバイスの一覧に表示されている A&D 体組成計「UC-421BLE」を左にスワイプし、「編集」をタップする。



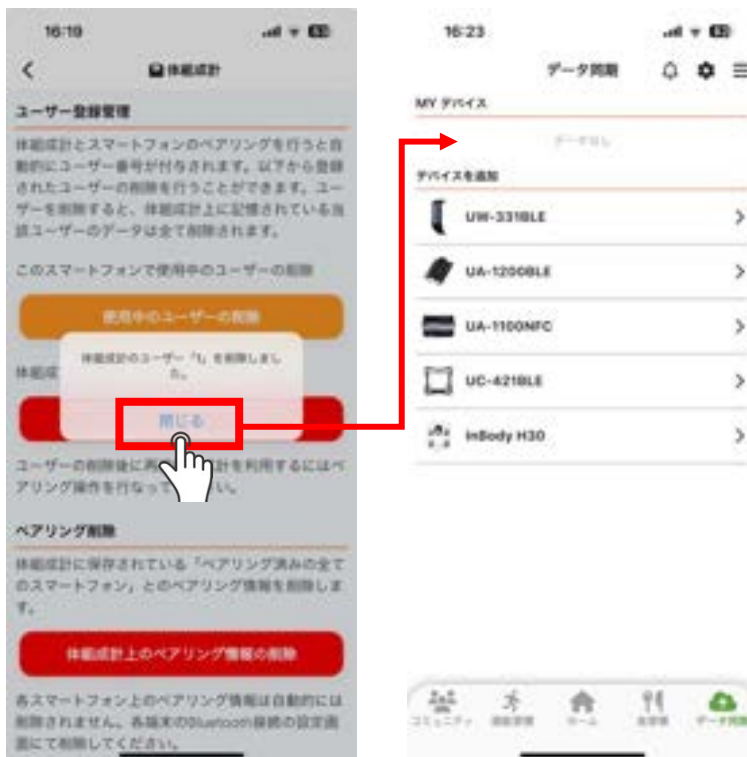
ステップ 3: 体組成計の設定画面をスクロールして「ユーザー登録管理」を表示し、「使用中のユーザーの削除」ボタンをタップする。



ステップ 4: ユーザー番号の削除を確認するダイアログが表示されたら、ご利用中のユーザー番号であることを確認の上、「削除する」をタップする。



ステップ 5: 処理が完了し、削除完了を通知するダイアログが表示されたら「閉じる」タップする。データ同期画面が表示され、My デバイス一覧から A&D 体組成計「UC-421BLE」が削除されていることを確認する。



ステップ 6: スマートフォンの設定アプリを開き、Bluetooth の登録済み接続一覧を表示する。



ステップ 7: A&D 体組成計「UC-421BLE」を探して右端に表示されている (i) のアイコンをタップし、「このデバイスの登録を解除」をタップ。



ステップ 8: 削除の確認のダイアログが表示されたら、「デバイスの登録を解除」をタップ。A&D 体組成計「UC-421BLE」が自分のデバイス一覧に表示されていないことを確認。



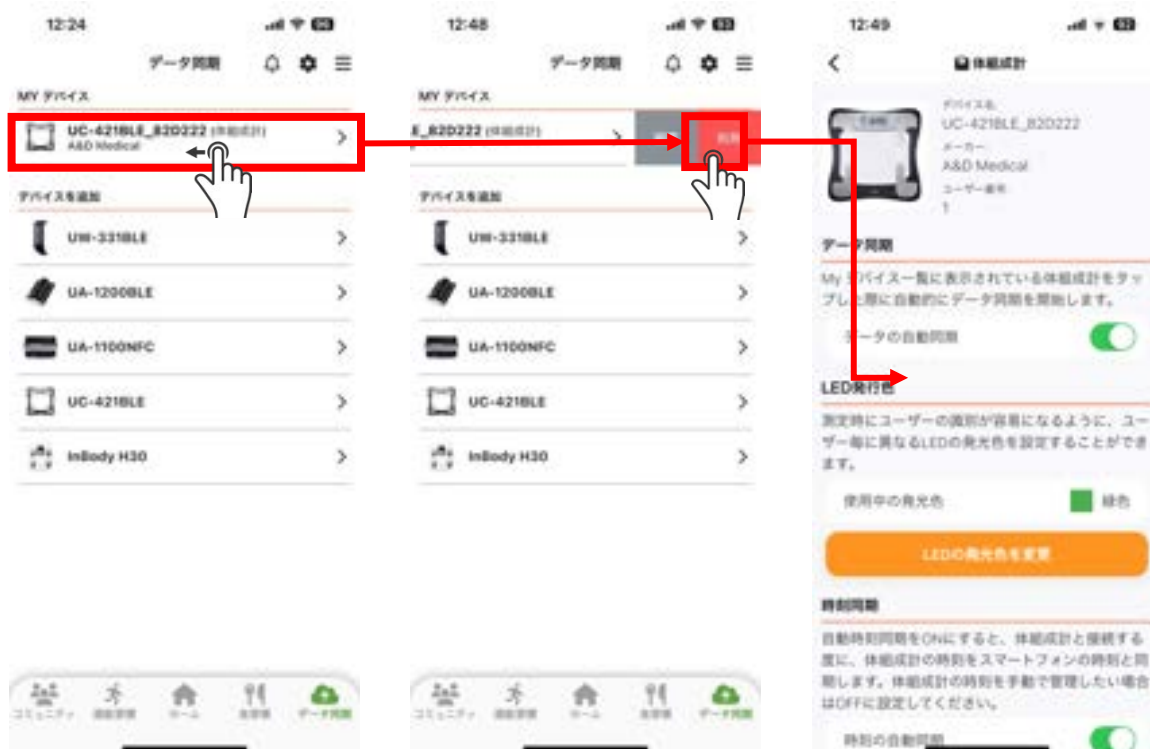
体組成計を使用中の全ユーザーのアンペアリング操作

体組成計を使用中の全ユーザーのユーザー番号およびユーザーデータの削除と、各ユーザーのスマートフォンとのペアリング情報を全て削除することで、体組成計を完全にリセットします。

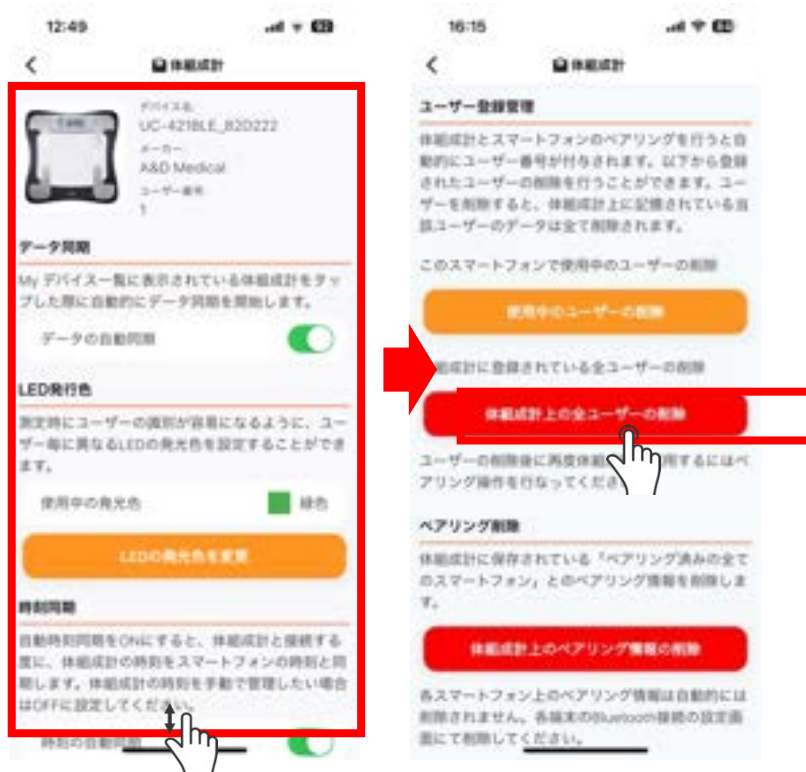
ステップ 1: 健康いきいきナビ II アプリを開き、ナビゲーションバーで「データ同期」をタップして、データ同期画面を開く。

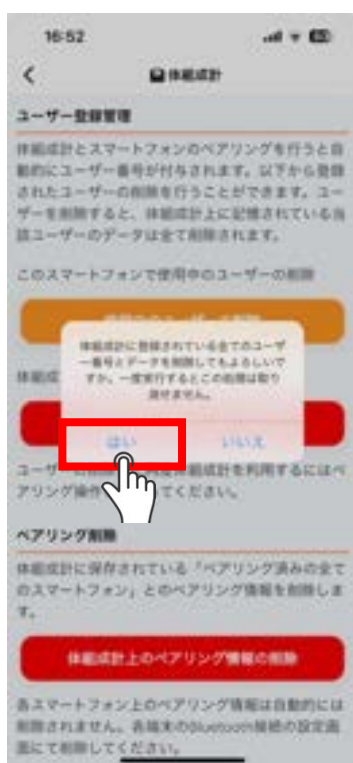
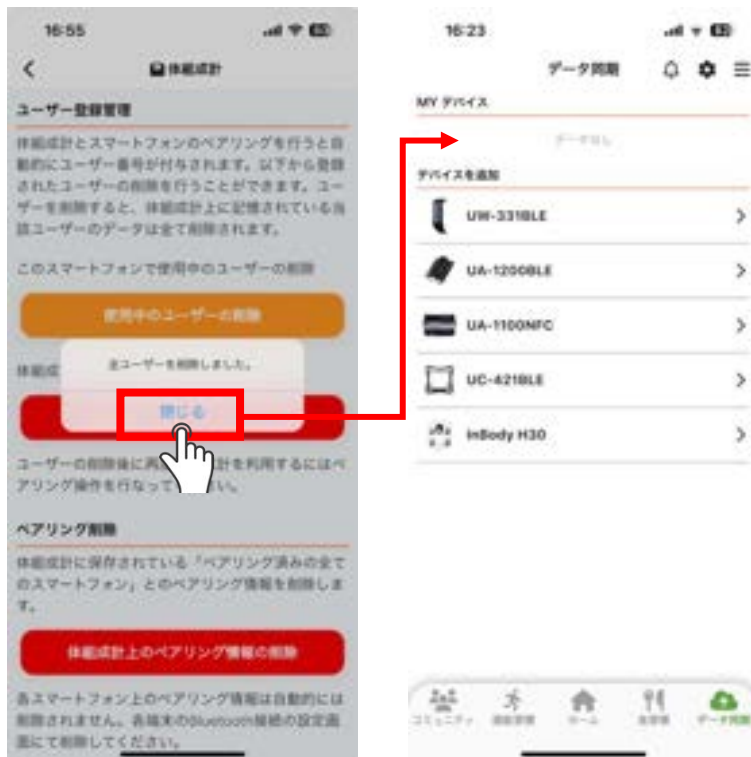


ステップ 2: My デバイスの一覧に表示されている A&D 体組成計「UC-421BLE」を左にスワイプし、「編集」をタップする。



ステップ 3: 体組成計の設定画面をスクロールして「ユーザー登録管理」を表示し、「体組成計上の全ユーザーの削除」ボタンをタップする。



ステップ 4: 全てのユーザー番号の削除を確認するダイアログが表示されたら「はい」をタップする。**ステップ 5: 処理が完了し、削除完了を通知するダイアログが表示されたら「閉じる」タップする。**

ステップ 6: 続いてすぐ下にある「ペアリング削除」を表示し、「体組成計上のペアリング情報の削除」をタップする。処理が完了し、スマートフォンからのペアリング情報の削除を促すダイアログが表示されたら「設定を開く」をタップする。



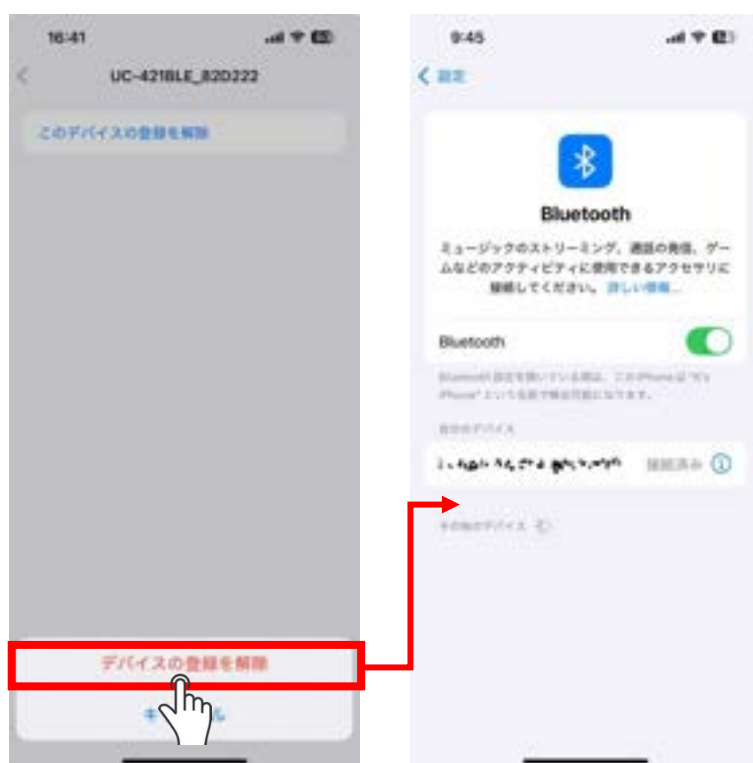
ステップ 7: スマートフォンの設定アプリを開き、Bluetooth の登録済み接続一覧を表示する。



ステップ 8: A&D 体組成計「UC-421BLE」を探して右端に表示されている (i) のアイコンをタップし、「このデバイスの登録を解除」をタップ。



ステップ 9: 削除の確認のダイアログが画面下部に表示されたら、「デバイスの登録を解除」をタップ。A&D 体組成計「UC-421BLE」が自分のデバイス一覧に表示されていないことを確認。



ステップ 10: Bluetooth ペアリングの削除後、健康いきいきナビ II アプリに戻ると、画面に一度アプリを閉じる様に指示するダイアログが表示される。「OK」をタップしてアプリを閉じる。



困った時は

健康いきいきナビ II と A&D 体組成計「UC-421BLE」をご利用いただくに際してお困りの際は、まず以下のよくある質問やユーザーサポートサイトに掲載中のサポート情報をご確認ください。それでもご不明点や問題が解決されない場合は、後述のお問い合わせ先までご連絡ください。

よくある質問

Q. 測定してもアプリでデータ取得をおこなうと、測定結果がありませんと表示されます。

A. 測定時にデータを保存したユーザーと健康いきいきナビ II であなたがご利用中のユーザーアカウントに紐づけられたユーザー番号が異なることが考えられます。アプリ上の **My** デバイス一覧上の **A&D 体組成計** を左にスワイプして、表示されたスライドメニューから「設定」をタップします。表示された設定画面でユーザー番号を確認してください。次に体組成計での測定後に実施されるデータ保管の際に、先に確認したユーザー番号と同じユーザーが表示されていることを確認してください。ユーザー番号が異なる場合は、体組成計の金属部分に軽く触れてください。一度触れる毎にユーザー番号が変化しますので、ご自身の健康いきいきナビ II のユーザーアカウントに紐づけられているユーザー番号が表示されるまで繰り返してください。その後に再度データの取得をお試しください。

サポートサイト

健康いきいきナビ II のご利用方法に関する最新のサポート情報を掲載しているウェブサイトです。各種の操作方法もビデオにて解説していますので、ご不明点がある場合は是非ご参照ください。

健康いきいきナビ II ユーザーサポートサイト

URL: <https://support.kenko-ikiiki.jp/>

お問い合わせ先

本利用手順書をお読みいただいても解決しない事項については以下までお問い合わせください。

名古屋大学分室

携帯電話: 080-7990-7815

メールアドレス: tytbr@pme.coe.nagoya-u.ac.jp

対応日: 火曜・木曜 10:00～16:00