ありがとうがめぐる、つながる。

MOVE ガイドブック

人から人へ「ありがとう」が巡る世界へ



Let's Move, Good Community.

2

MOVEへようこそ

MOVEってなに？





START
はじまる
新しいMOVEを贈る

CYCLE
つながる
もらったMOVEを
次の人へ贈る

RETURN
帰ってくる
最後の人に戻ると
誰かを応援する

お金やポイントではなく、「ありがとう」が巡って、
つながりが見える仕組みです。

3 3 MOVEの招待を受け取ったら



登録方法は3つ

Googleで
登録

LINEで
登録

メールで
登録

4

プロフィールを書こう



3MOVEを受け取ったら
まずはプロフィールを書こう!
どんな人かわかると、
MOVEを贈り合いやすくなるよ。

プロフィール編集



名前
山田 太郎

ニックネーム
たろう

所属
地域活動・デザイン

できること
デザイン・企画・壁打ち

お願いしたいこと
いろんな人とつながりたい

保存する

書く項目

- 名前
- ニックネーム
- 所属
- できること
- お願いしたいこと
- アバター

プロフィールは
MOVEコミュニティ共通
と、各「村」ごとに
設定することもできます。

5

スマホのホーム画面にMOVEを置こう（超重要！）

まず最初にやってください！



ホーム画面に追加すると
アプリのようにすぐ開けて
便利だよ！

move

iPhone (Safari)

1. 共有ボタンをタップ
2. ホーム画面に追加
3. 追加をタップ



Android (Chrome)

1. メニューをタップ
2. ホーム画面に追加
   （またはアプリをインストール）
3. 追加をタップ



6

新しいMOVEを贈る（START）

誰かに「ありがとう」を届けよう！
新しいMOVEを贈るのがSTARTです。



1. 贈り方を選ぶ
2. MOVE数を決める
3. メッセージ（ありがとうの理由を書く）
4. 送る

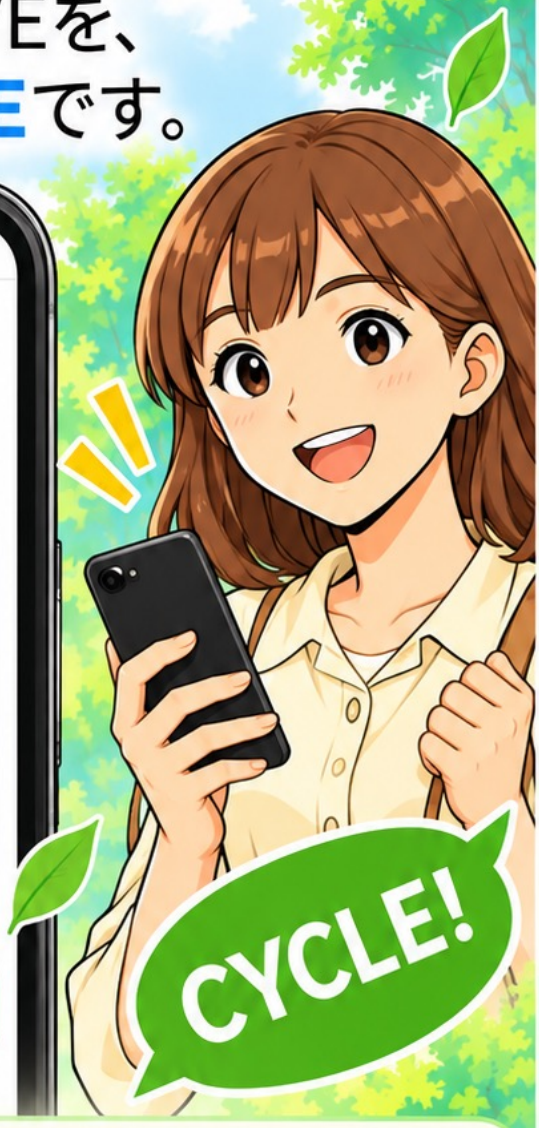


STARTは、あなたの「ありがとう」から
新しいMOVEをはじめることです。

7 もらったMOVEを次の人へ（CYCLE）

あなたが受け取ったMOVEを、
次の人へ贈るのがCYCLEです。





1. もらったmoveを贈る
2. 自分のMOVEを選ぶ
3. 相手を選ぶ
4. MOVE数と
5. メッセージ
6. 送る

8

QRコードで MOVEを贈る・受け取る

QRで受け取る



相手のQRを
読み取ると
MOVEを
受け取れます。

QRで贈る

自分のQRを
相手に見せて
MOVEを
贈れます。



未登録の人を3MOVE付きで招待

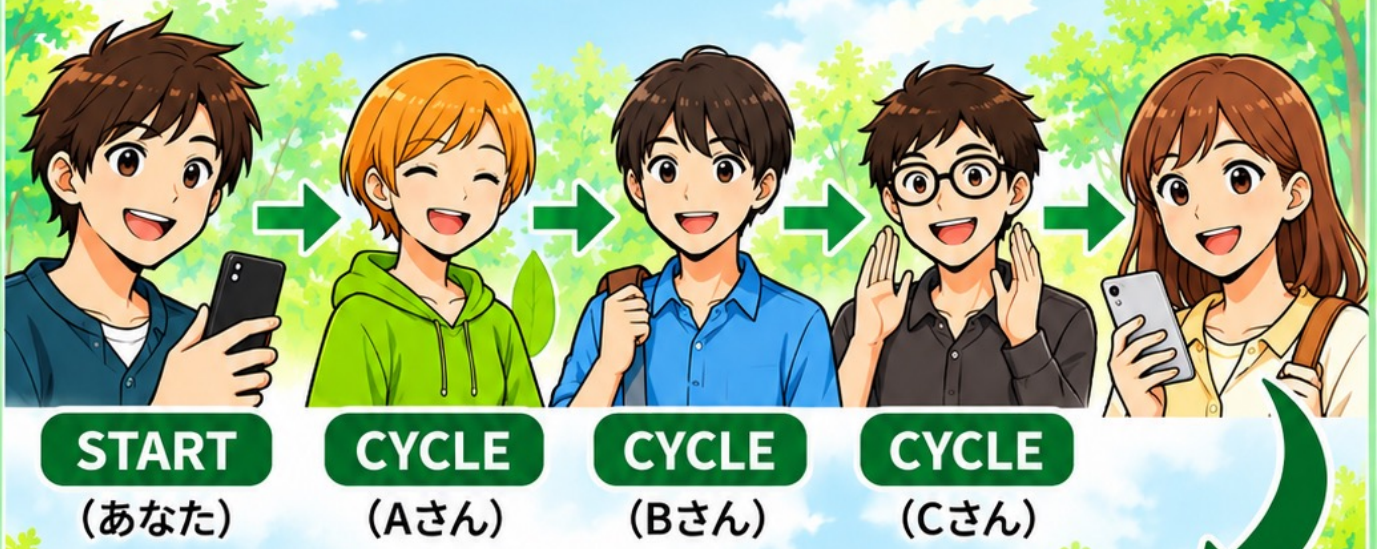
3MOVEを添えてQRやリンクで
未登録の人も招待できます。



このQRから
参加してね！
3MOVE付きだよ！

9 MOVEが自分に帰ってきたら（RETURN）

あなたがSTARTしたMOVEが
人から人へ巡って、あなたに戻ってくるのが
RETURNです。



START（あなた）　**CYCLE**（Aさん）　**CYCLE**（Bさん）　**CYCLE**（Cさん）

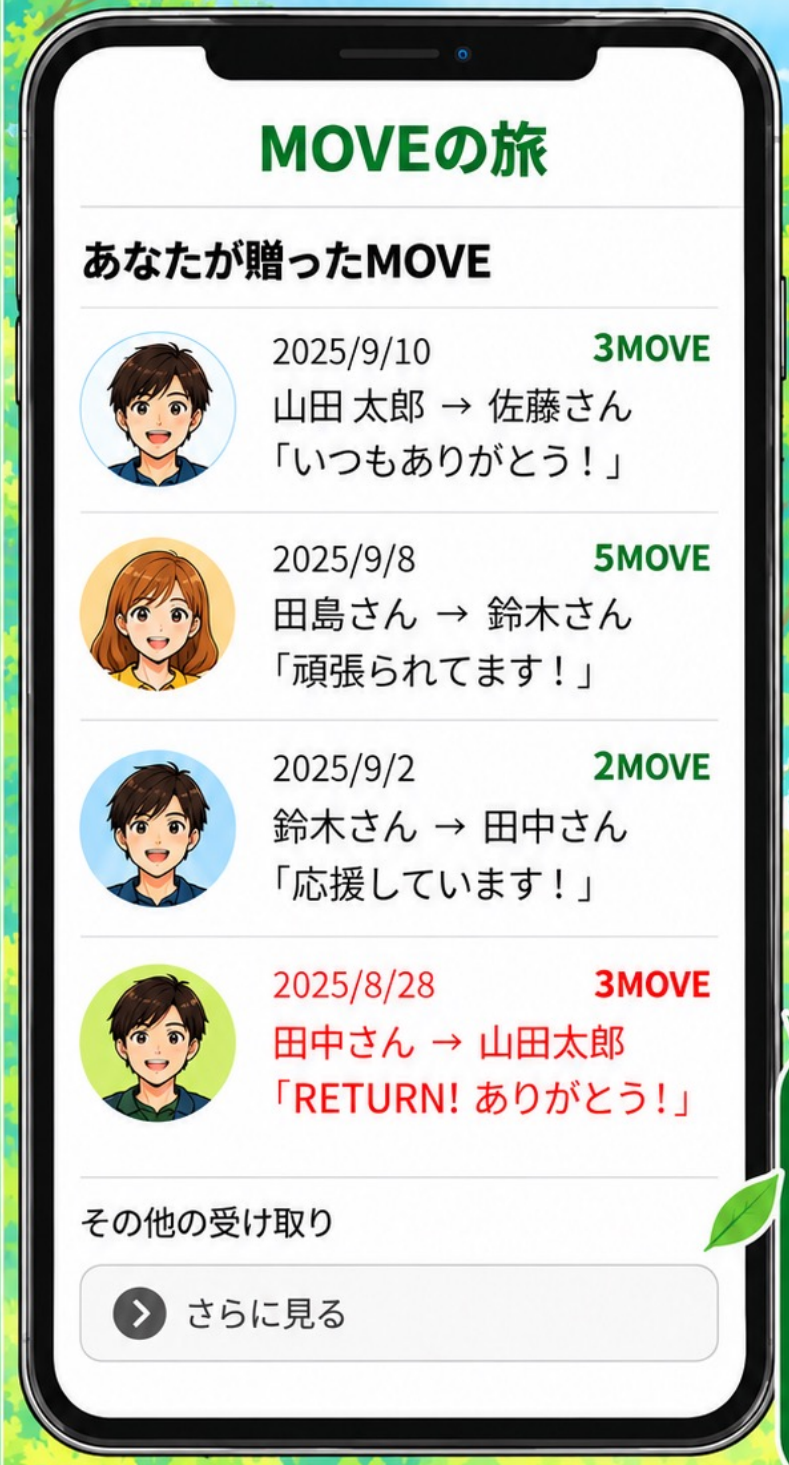


RETURNすると
そのMOVEの旅が
完了します。
たくさんの人のもとを
巡って戻ってくるのが
MOVEの特徴です。

10

自分のMOVEの旅を見てみよう

あなたが贈ったMOVEや、受け取ったMOVEが
どのように巡っているかを見ることができます。





RETURNすると
そのMOVEの旅が
完了します。
たくさんの人のもとを
巡って戻ってくるのが
MOVEの特徴です。

11 MOVE指数ってなに？

プロフィールに表示されるMOVE指数は、
あなたのMOVEがどんな旅をしているかを見るための
指標です。





- **START数**だけを
競うランキングでは
ありません。
- **CYCLE・RETURN・
CONNECT**が合わさって
つながりの広がりを
表すものです。
- ランキングではなく、
あなたの旅の記録です。

12

「村」に参加すると

MOVEコミュニティの中に、
テーマごとの「村」があります。



地域の村

地域活動や交流



教育の村

学びと人材育成



クリエイターの村

つくる仲間



組織の村

企業や団体から



こんなことができます

- 村の切り替え
- 村ごとのプロフィール
- 村によって名前・所属・できること・お願いしたいことを使い分けられる
- 村独自のMOVE名称がある場合もあります

13

困ったとき

よくある質問をまとめました。



Q MOVEが届かない

招待リンクやQRが正しいか確認してください。



Q 招待されたのに登録できない

ブラウザの設定を確認してください。
Cookieやポップアップのブロックを解除すると
登録できる場合があります。



Q Google / LINEでログインできない

ブラウザの設定を確認してください。
Cookieやログイン情報の制限を解除してください。



Q スマホを替えた

同じ方法でログインすれば、データは引き継がれます。
（Google または LINE でログインしてください）



Q ログアウトしてしまった

再度ログインしてください。
Google または LINE のアカウントでログインできます。



Q QRが読み取れない

画面を明るくしてください。
ピントが合うように距離を調整してみてください。



Q 間違えて贈った場合

一度贈ったMOVEは取り消せません。
贈る前に、相手の名前や村をよく確認してください。



Q 問い合わせ先

画面の「お問い合わせ」からご連絡ください。
担当者が確認のうえ、ご返信いたします。



14

MOVEちゃんってなに？

あなたが贈ったMOVEには、ひとつひとつ
名前をもった「MOVEちゃん」がいます。



MOVEちゃんのプロフィール

名前	源太（げんた）
正式名	山田さんちの源太
出生地	小国村
誕生日	2026年6月1日
これまでの出会った人	7人

MOVEちゃんの旅のようす



START
山田さんから
生まれる

CYCLE
佐藤さんへ
贈られる

CYCLE
鈴木さんへ
贈られる

CYCLE
田中さんへ
贈られる

RETURN
山田さんのもとへ
戻ってくる

MOVEちゃんは自動で選ばれます

贈るときに、どのMOVEちゃんを
贈るかは選べません。
システム側でランダムに
選ばれます。



RETURNしたMOVEちゃんは旅が完了

生まれた人のもとへ戻ると、
そのMOVEちゃんの旅は完了し、
それ以上、他の人へ
贈ることはできません。



自分が生み出したMOVEちゃんの旅を見てみよう

プロフィールの「生まれたMOVEちゃん達」
から、それぞれの旅のようす
（今どこにいるか、これまで出会った人など）
を見ることができます。



あなたから生まれたMOVEちゃん。
さて、どんな旅をして帰ってくるでしょう？

15

MOVEで一番大切なこと

MOVEは、たくさん集めるためのもの
ではありません。

誰かから届いた**「ありがとう」**を、
また別の誰かへ。

MOVEが人から人へ巡ることで、
関係が少しずつ見えるようになります。



16

これからMOVEを使うあなたへ



小さなMOVEが、きっと大きなつながりになる。

さあ、あなたも
MOVEの旅をはじめよう！

17

アプリの主な画面一覧



ホーム
最新の動きが見られます

moveを贈る
START / CYCLE の入口です

所有MOVE
あなたのMOVE一覧です

メッセージ
やり取りを確認できます

自分
プロフィールや設定を行います



18

用語集



START	新しいMOVEを贈ること。
CYCLE	もらったMOVEを次の人へ贈ること。
RETURN	自分が贈ったMOVEが自分に戻ってくること。
MOVE指数	あなたのMOVEの旅の広がりを示す指標。
村	テーマごとのコミュニティ。
3MOVE招待	未登録の人を3MOVE付きで招待すること。
所有MOVE	現在自分が持っているMOVE。
WELCOME MOVE	初回登録で受け取る最初のMOVE。

19

もっと楽しむために

- プロフィールを充実させよう
- 興味のある村に参加してみよう
- 気になる人にMOVEを贈ってみよう
- もらったMOVEを次の人へ贈ってみよう
- 自分のMOVEの旅をときどき見てみよう
- イベントやオフラインでQRを使ってみよう



MOVEで、
もっとたくさんの「ありがとう」を、
そして、もっといいコミュニティを一緒につくろう。

20

おわりに

ありがとうが巡ると、
人と人が**つながり**、
地域が**元気**になり、
ちょっといい社会がつくられていきます。
あなたの**小さなMOVE**が、
誰かの**未来**を一歩につなげます。
これからの景色を、一緒に。



Let's Move,
Good Community.