

瞑想アプリ 操作手順書

1. 目的

本手順書は、瞑想アプリの基本操作方法について説明します。Spring Boot環境を使用してアプリを実行し、ブラウザ経由で瞑想時間を設定・開始する手順を示します。

2. 対象ユーザー

- 瞑想を日常に取り入れたい方
 - Eclipse環境でSpring Bootアプリを操作するユーザー
-

3. 事前準備

以下の環境が整っていることを確認してください。

1. **Eclipseのインストール**
 - JavaおよびSpring Bootアプリが動作するEclipse環境
 2. **PostgreSQLデータベースの準備**
 - `meditationession`テーブルが設定済みであること
 3. **ブラウザ環境**
 - ChromeやEdgeなどのウェブブラウザ
 4. **音声出力環境**
 - スピーカーまたはイヤホンの準備
-

4. 基本操作手順

4.1 EclipseでSpring Bootアプリを実行

1. **Eclipseを起動**します。
2. **プロジェクトを選択**
 - 瞑想アプリのSpring Bootプロジェクトフォルダを選択します。
3. **Spring Bootアプリケーションを実行**
 - プロジェクトのメインクラス/MeditationAppApplication.java (`@SpringBootApplication`が付与されたクラス) を右クリックし、**Run As > Spring Boot App** を選択します。
4. **サーバー起動確認**

- コンソールに以下のようなログが表示され、アプリが正常に起動したことを確認します。

```
Started MeditationAppApplication in X.XXX seconds (process
running for X.XXX)
```

5. ブラウザを開く

- 任意のブラウザを開き、<http://localhost:8080> にアクセスします。

4.2 瞑想時間の設定

1. 瞑想時間の入力

- ホーム画面の「瞑想時間設定フォーム」に、瞑想時間（分単位）を入力します。
- 例: **5**（5分間瞑想する場合）

2. 開始ボタンをクリック

- 「開始」ボタンを押下します。

3. 確認画面

- 瞑想セッションがスタートし、音楽が自動再生されます。
- タイマーが設定した時間通りに動作します。

4.3 瞑想中の操作

1. 音楽の再生

- 自動的にリラックス音楽が再生されます。

2. 瞑想を継続


- 音楽を聞きながら、ゆっくりと瞑想します。

3. 瞑想時間終了

- 設定した時間になると音楽が停止し、セッションが終了します。

5. 注意事項

1. サーバーの停止

- アプリを終了する場合は、Eclipseのコンソール画面で**「Terminate」ボタン**（アイコン）をクリックしてください。

2. 音量設定

- 音量はデバイス側で調整してください。

3. タイマー動作

- サーバー停止や画面リロードを行うとタイマーがリセットされます。

4. セッションの記録機能（今後の展望）

- 現バージョンではセッション履歴は保存されません。今後のアップデートで追加予定です。

6. トラブルシューティング

状況	対応方法
音楽が再生されない	- デバイスの音量設定を確認してください。
	- イヤホンやスピーカーを再接続してください。
アプリが起動しない	- Eclipseのコンソールログを確認してください。
	- データベースが起動しているか確認してください。
ブラウザでアクセスできない	- Spring Bootアプリが正常に起動しているか確認。
	- ブラウザを再読み込みしてみてください。

7. 補足

- **バージョン情報:** Version 1.0
- **開発者:** [吉元美咲]
- **サポート:** 問題が発生した場合は、メールまたはお問い合わせフォームをご利用ください。

8. 今後の展望

今後のバージョンアップで以下の機能が追加される予定です:

1. 瞑想セッションの記録保持

- 瞑想時間やセッション日時をデータベースに保存します。

2. 瞑想履歴の表示

- 過去の瞑想履歴を一覧表示します。

9. 操作フロー図

```
@startuml
start
:アプリ起動 (Eclipse環境);
:Spring Bootでアプリ実行;
:ブラウザでアクセス (localhost:8080);
:瞑想時間を入力;
```

```
:開始ボタンをクリック;  
:音楽再生開始;  
:瞑想時間が経過する;  
:音楽停止・セッション終了;  
stop  
@enduml
```

10. おわりに

この手順書を参考に、Eclipseを用いてSpring Bootアプリを実行・操作してください。リラックスした時間をお過ごしください。操作に迷った際は本書をご確認ください。