

「HealthPlanet Walk」 アプリの使い方

スマートフォンを身に付けて
活動量アップにつなげましょう！



ご利用の際の留意事項

「HealthPlanet Walk」で参加の方は、下記留意事項をご理解の上、ご利用ください。

1. 使用可能なスマートフォン

対応するスマートフォン端末は、以下のページをご確認ください。

<https://www.healthplanet.jp/apps/index.jsp>



(対応機種) 〈iPhone〉iOS11.0以上 (iPadやiPod touch等は不可)

〈Android〉Android5.1以上

※お持ちの機種が対応しているかを必ずご確認ください。

- 該当OS以外の動作は保証いたしかねます。
- 画面サイズを変更している場合に正常に表示されない場合があります。
- タブレット、一部のSIMフリー、らくらくスマートフォン、京セラDIGNO、HUAWEI(全端末) には対応しておりません。
- 次の端末は一部正常に表示されない場合があります。
 - ・Galaxy S8+(SAMSUNG/SC-03J・SCV35/Android(TM) 7.0)
 - ・Xperia XZpremium(SONY/SO-04J/Android(TM) 7.1)
 - ・Xperia XZs(SONY/SOV35/Android(TM) 7.1)
- Xperia、AQUOS、富士通の一部機種において、正常に作動しない場合があります。

2. アプリを利用する場合、バッテリー消費量が通常より増加します

歩数計のような常時起動しておく必要のあるアプリはバッテリーを多く消費します。

バッテリーの残量には十分ご注意ください。バッテリーが切れると歩数がカウントされません。

3. タブレットではご利用できません

スマートフォン専用の歩数計アプリなので、タブレットではご利用いただけません。

4. ログアウトする際の注意事項

一度ログアウトして、別のアカウントでログインすると

元のアカウントで利用していた情報が消去されてしまいます。

送信済みの歩数データが削除されることはありませんのでご安心ください。

ご利用の際の留意事項

5. 歩数管理にご注意いただく必要があります

- アプリにスマートフォン内蔵の運動データの利用を許可する必要があります。
利用を許可しないと歩数がカウントされません。
※設定は簡単に行えます。
- **7日に1回**はアプリを開き、歩数データの送信が必要となります。
- 機種変更前には必ず歩数データを送信する必要があります。
送信せずに機種変更すると未送信の歩数が失われます。
送信済みの歩数データが削除されることはありませんのでご安心ください。
- アプリをアンインストールしてしまうと、未送信の歩数が失われます。
- バッテリーが切れると歩数はカウントされません。
- スマートフォンの時計を変更すると、未送信の歩数データが失われることがあります。

アプリの使い方①

測定データの確認や歩数データの送信ができます。

歩数データの送信

画面左上部にある「データ送信アイコン」をタップすると、アプリ内で保持している歩数情報が送信（「からだカルテ」に同期）されます。
7日に最低1回は実行する必要があります。

ポイント数の確認

ポイント数の反映には時間がかかる場合があります。

メイン部分

今日現在の歩数、1日の歩数、1日の歩数目標などが確認できます。また、目標歩数を設定することで、当日の達成度は上部の円グラフ、直近7日間分は下部のチェックマークで確認をできます。

イベントの確認

ウォーキングラリーの開催状況が確認できます。

データ画面

直近1週間、1カ月間の平均歩数、総歩数などを表示します。



データを見る	
1か月のデータ (2/7 - 3/8)	
1日の歩数 AVG 12,080 歩	総歩数 48,320 歩
3/8(月) 12,750 歩 >	
3/7(日) 1,127 歩 >	
3/6(土) 27,698 歩 >	
3/5(金) 6,745 歩 >	
過去のデータを見る	
ヘルプスプラシットアプリへ移動します	
ホーム	データ
その他	

アプリの使い方②



からだカルテのアプリを開く

からだカルテ（健康管理アプリ）と連携することで、ワンクリックでアプリを開くことができます。

コンテンツ

健康に役立つコラムやレシピを見ることができます。ポイントが獲得できるアンケートもここから確認できます。



ランキングの確認

歩数データに基づいたランキングが確認できます。データ送信後、ランキングの反映までに時間がかかる場合があります。

その他

アプリに関するお知らせの確認や、プロフィールや目標歩数の変更等ができます。



体組成測定方法

ペスタロッツチ館（鏡野町竹田663-7）と
文化スポーツセンター（鏡野町竹田158）
に設置しています



靴下やタイツを脱いで頂き、
素足で体組成計に乗って
測定してください。

体組成測定方法（アプリ参加者）

体組成を測定する際、「HealthPlanet Walk」の「会員QRコード」機能を使用することで、「からだカルテ」へ測定データを送信することができます。



①「その他」を選択



②「会員QRコード」を選択



③QRコードが表示される



④オレンジ色のQRコードリーダーに、スマホ画面をかざす。



⑤表示部に、“STEP on”の文字が表示されたら体重をはかることができる状態です。



⑥靴下やタイツを脱いで素足で測定台に乗り、画面に“GRIP on”と表示されたらグリップを握ります。“GRIP off”と表示されたら測定終了です。

！ 測定の際の注意点

- 体組成計に乗る時は、つま先側と、かかと側が対称になるように乗ってください。
- 手のひらや指を電極部に正しく合わせてください。
- ひじを曲げたり、座ったまま測定しないでください。
- ペースメーカー等、体内機器装着者は体組成計の測定を行わないでください。装着している機器に重大な影響を与える可能性があります。

