「HealthPlanet」 アプリの使い方





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。



アプリの使い方②



体組成測定方法

ペスタロッチ館 (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」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。

G HealthPlañet 8≣	く プロフィール			閉じる
· := ⑦ · ひ · := を見る データを見る ポイント ランキング ユンテンツ			会員QRコード	
 体重 7/23(火) 10:31 49.00 kg 目標まであと3 kgです。 	プロフィールを編集する 目標値を設定する	> >		
	登録機器の管理 ヘルスケア連携の設定 お知らせを見る	> > > >		
体重キーブの目安 1958 kcal () ● ●	QRコードリーダー 会員QRコード			
 ◆ 今週の歩数 7/21(日) - 7/27(土) 26806 歩 	連携サービス			
Y × 3 AVG 6701 歩/日 目標設定 ●●●	電子レシート X (旧Twitter)で共有する	[2]	参加中のプログラム 岡山県鏡野町:かがみの健康ポイン ト	0 P
			 ③OR¬_ドが表 [,]	一

①「プロフィール」を選択



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。 会員QRコード」を選択







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。