

スマホアプリ ヘルスプラネット Walk の始め方【詳細版】

ヘルスプラネット Walk の基本的な機能



- ・歩数測定とデータ送信
- ・会員 QR コードの表示
- ・イベント用 QR コードの読み取り

そのほかにも、データの簡易的な表示機能もあります。

※詳細なデータ表示は会員用マイページ「からだカルテ」もご覧ください。

1. ネット申込

左の申込みフォームから必要事項を記入し、送信してください。
内容の確認ができ次第、健康管理課より受付完了メールを送ります。



2. インストールします

Android

アンドロイド



ヘルスプラネット Walk



iPhone

アイフォン



ヘルスプラネット Walk



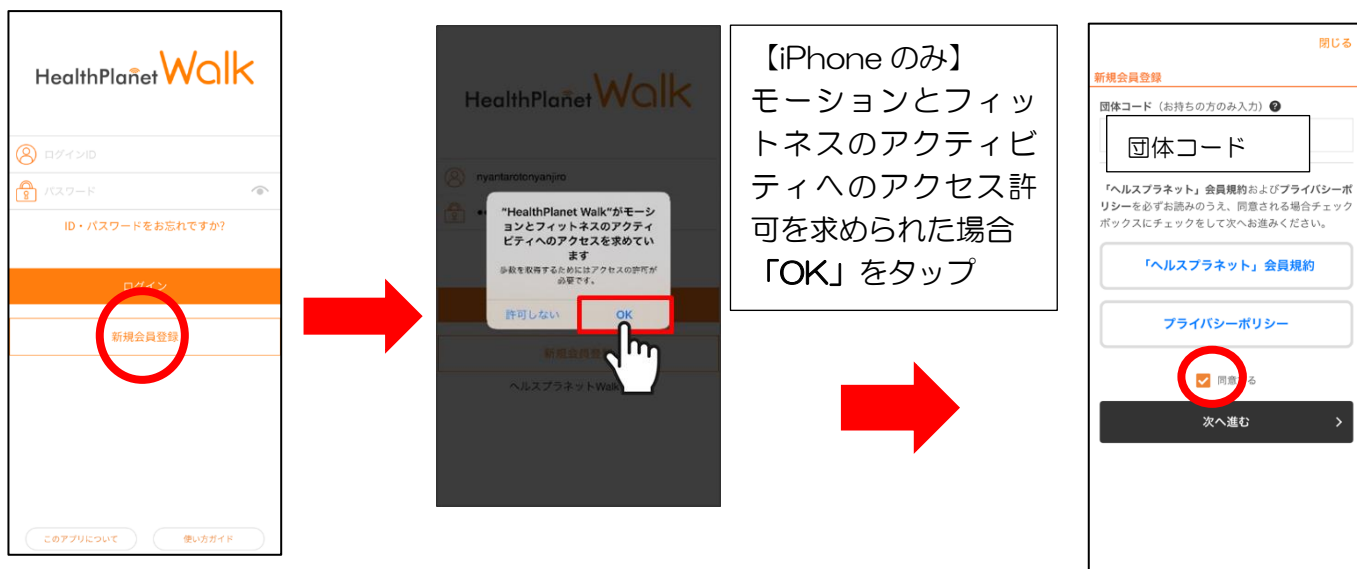
3. アプリの設定

①アプリを開くと以下の画面が表示されます。

内容を確認し「次へ」を押し、最後は「始める」を押します。



②「新規会員登録」を押し、新規会員登録の画面より、健康管理課から送られた受付完了メールに添付されている「団体コード」を入力します。ヘルスプラネット会員規約・プライバシーポリシーを確認できたら、「同意する」を押した後、「次に進む」を押します。



③ID とパスワードを設定するほか、必要事項を記入する。

※ID とパスワードはログインの際に必要になりますので、控えておいてください。

(1)

サービス申込
お客様情報入力

団体コード：
群馬県みどり市

基本情報

お客様の基本情報を入力してください。

希望ID

半角英数字記号4～64文字 希望IDチェック

パスワード

半角英数字記号6～16文字

パスワード(確認)

半角英数字記号6～16文字

※IDとパスワードは今後サービスをご利用いただく上で必須です。忘れないようにご注意ください。
※記号は、_、@のみ使用可能。英字の英文字は区別されます。

○希望 ID
半角英数字記号 4～64文字で、好きな ID を設定できます。

○パスワード
半角英数字記号 6～16文字で好きなパスワードを設定できます。

○パスワード(確認)
設定したパスワードをもう一度入力します。

(2)

※IDとパスワードは今後サービスをご利用いただく上で必須です。忘れないようにご注意ください。
※記号は、_、@のみ使用可能。英字の英文字は区別されます。

ニックネーム

※ニックネームはコンテンツに表示されます。フルネームを入力される方は、その点をご留意ください。

メールアドレス

※ドメイン指定受信をしている場合は、あらかじめ「@healthplanet.jp」、「@healthlink.co.jp」、「@wasedaakurute.jp」からのメールが受信できるように設定をお願いいたします。
※ドメインが「@icloud.com」、「@me.com」、「@mac.com」のメールアドレスの場合、メールが届かないことや迷惑メールに振り分けられることがあるため推奨しておりません。他のメールアドレスをご登録ください。

○ニックネーム
好きな名前を設定できます。(ニックネームはコンテンツにて表示されます)

○メールアドレス
設定は任意です。ご自身のメールアドレスを入力してください。

(3)

ご本人情報

ご本人のからだデータ管理のために必要な情報となります。

性別 ☐ 男性 ☐ 女性

生年月日

1970(昭和45) 年 1 月 1 日

※下記データはプロフィールでは非公開になり、他のお客様に公開されることはありません。

氏名

例) 健康 太郎 (全角)

氏名(カナ)

例) ケンコウ タロウ (全角カナ)

○性別
どちらかを選択します。

○生年月日
ご自身の生年月日を入力します。

○氏名
ご自身の名前を入力します。

○氏名(カナ)
ご自身の名前を全角カタカナで入力します。

(4)

身長

例) 171.5 cm

☐ アスリートモード
[アスリートモードとは?]

利用デバイス選択

活動量計 スマートフォンアプリ

健康保険

国民健康保険 国民健康保険以外

身体活動レベル ☐

☐ 低い 一日中じっとしてほとんど動かない方

☒ 普通 一般的な生活活動の方

☐ 高い 筋力トレーニングや強度の高い運動をほぼ毎日行っている方
一日中ほとんど座らず体力を使う仕事(農業や漁業、肉体的労働)に従事している方

○身長
身長を入力してください。

○アスリートモード
チェックは入れずに登録します。

○利用デバイス選択
スマートフォンアプリを選択します。

○身体活動レベル
内容を確認し、選択してください。(通常は普通を選択します)

(5)

以下のリンク先のご利用規約およびプライバシーポリシーを必ずお読みの上、同意される場合チェックボックスにチェックをして送信してください。

☐ ヘルスプラネット会員規約  ヘルスプラネット会員規約に同意する

☐ 法人契約に基づく「からだカルテ」会員規約  法人契約に基づく「からだカルテ」会員規約に同意する

☐ 株式会社タニタヘルスリンクのプライバシーポリシー  株式会社タニタヘルスリンクのプライバシーポリシーに同意する

[次へ進む](#) >

©TANITA HEALTH LINK, INC. All Rights Reserved.

○ヘルスプラネット会員規約、「からだカルテ」会員規約、タニタヘルスリンクのプライバシーポリシーの内容を確認し、チェックを入れてください。



「次へ進む」を選択します。

(6)

閉じる

サービス申込

登録完了

ご登録ありがとうございます。

[アプリをはじめる](#) >

○この画面が表示されたら、登録が完了になります。



「アプリをはじめる」を選択します。

④プロフィールを設定します。

プロフィール

初めに必要な情報をご入力ください。

体組成情報

性別

生年月日

身長 cm

体重 kg

体脂肪率 16.2 %

[次へ](#)



性別、生年月日、身長、体重のデータが入っています。
内容に変更があれば修正が可能です。
体脂肪率については、自動計算され、表示されます。

⑤歩数目標を設定できます。

目標値の設定

目標歩数を設定する

1日の歩数目標 歩

1週間の歩数目標 歩

[次へ](#)

1日の歩数目標（1歩以上の数値を入れます）を設定すると、1週間の歩数目標も自動で設定できます。
（後ほど、歩数目標は変更できます）

設定

センサー設定

モード 内蔵歩数計

電池の最適化

身体活動データへのアクセスを「HealthPlanet Walk」に許可しますか？

[許可](#)

[許可しない](#)

→目標歩数を設定した後
【Androidのみ】
身体活動データへのアクセスを許可しますか？と表示されたら
「許可」をタップ

⑥「設定」の画面が表示されたら、モードが「内蔵歩数計」になっていることを確認し、「始める」を押します。右の画面が表示されれば、設定は完了です。



4. アプリ設定後の確認

スマホアプリの設定が終わったら、アプリを終了させ、再起動します。
10 歩ほど歩いて、スマホアプリがカウントしているか、確認してください。
歩数がカウントできていれば、正常に利用できます。

○歩数が正常にカウントされない場合

歩数測定やヘルスプラネット Walk とデータ連携するためのアプリをインストールする必要があります。

以下のアプリがインストールされているか確認してください。

Android

アンドロイド

	
GoogleFit	ヘルスコネクト
	

iPhone

アイフォン

	
フィットネス	ヘルスケア
	

◆確認方法◆

お持ちのスマホのカメラで、上の QR コードを読み取ります。

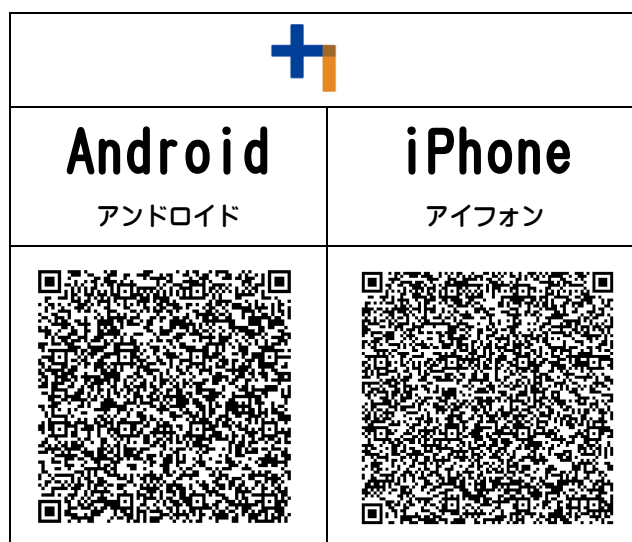
アプリがインストールされていなければ **入手**、されていれば **開く** と表示されます。



5. アプリの設定が完了したら…

実際に元気プロジェクトを始める前に、「からだカルテ」というアプリをインストールしてください。歩数や体組成・血圧測定等のデータが記録される（＝データが送信される先）アプリになり、ポイント数やお知らせ等の確認も出来ます。

○ログインを行う際には、ヘルスプラネット Walk で設定した ID とパスワードを入力します。



※実際のデータ送信法や測定方法などについては、
「元気プロジェクトに参加したらすること（詳細版）」をご覧ください。

不明な点は、スマートフォンの設定については、スマートフォンを購入した販売店にお問合せください。
その他アプリの設定につきましては健康管理課（72-2211）にお問い合わせください。