

「健幸スマイルスタジオ」ご参加希望の皆さまへ

お手持ちのスマートフォンが歩数計に！

歩数計アプリのご案内

健幸スマイルスタジオ参加者の皆様には、スマートフォン対応の歩数計アプリをインストールいただきますので、お手続きや使い方等についてご案内します。

お手続きは、とってもかんたんです！



いつも持ち歩くご自身のスマートフォンに、**無料の歩数計アプリ「HealthPlanet Walk（ヘルスプラネットウォーク）」**をインストールするだけ！スマートフォンを持って歩くと歩数が自動でカウントされ、アプリからデータ送信ができます。



HealthPlanet Walk



歩数計アプリでもっと手軽に、どんどん歩いて健康づくりを楽しみましょう！

◆◆ 歩数計アプリご利用の際の留意事項 ◆◆



事前にお持ちのスマートフォンの機種にアプリが対応しているか必ずご確認ください。

【重要】使用可能なスマートフォン＜対応OS：最新のOS＞

- ※ 該当OS以外の動作は保証いたしかねます。
- ※ Galaxy S8+(SAMSUNG/SC-03J・SCV35/Android(TM) 7.0)、Xperia XZ Premium(SONY/SO-04J/Android(TM) 7.1)、Xperia XZs(SONY/SOV35/Android(TM) 7.1)は一部正常に表示されない場合があります。
- ※ HUAWEI(全端末)は動作保証外となります。
- ※ 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。
- ※ スマホをリーダーライターに置いて個人認証ができるスマートフォンは右記の二次元コードを読み取ってご確認ください。



歩数計アプリの初期登録方法や使い方は次のページをご覧ください ▶▶▶

歩数計アプリ「ヘルスプラネットウォーク」の初期登録フロー

アプリを使用される場合、下記の手順で初期登録をお願いします。

① アプリをダウンロードする

下記の二次元コードを読み取り、歩数計アプリ「ヘルスプラネットウォーク」をダウンロードします。



iOS



Android



ご注意ください

間違っても「HealthPlanet（ヘルスプラネット）」をダウンロードしないようにしてください。



HealthPlanet
(ヘルスプラネット)



HealthPlanet Walk
(ヘルスプラネットウォーク)

② アプリにログインして、歩数目標を設定する

アプリを開き、**本事業参加時に付与されたIDとパスワード**を入力してください。



「次へ」をタップします。

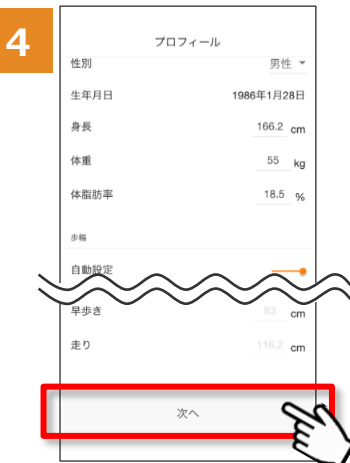


ログインIDとパスワードを入力し「ログイン」をタップします。



モーションとフィットネスのアクティビティへのアクセス許可を求められた場合は「OK」をタップします。

※iPhoneユーザーの方



プロフィールで「次へ」をタップします。



歩数目標を入力し「次へ」をタップします。

歩数目標は必ず「1」以上の数字を入力してください。「0歩」のままでは次に進めません。

【推奨歩数】

64歳以下 8,000歩
65歳以上 7,000歩

③ モードを「内蔵歩数計」にする



「設定」でモードを「内蔵歩数計」にし、「始める」をタップします。



ホーム画面が起動します。以上で初期登録は完了です。

その他の各項目に関しましては、「その他」>「このアプリの使い方」で確認することができます。



アプリの使い方（基本操作）

測定データの確認および歩数データの送信についてご説明します。

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データが送信（「からだカルテ」に同期）されます。

7日間以上空けずにデータ送信することを推奨します

ポイントの確認

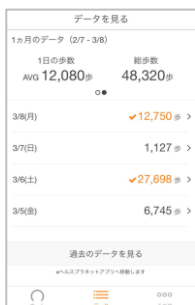
画面右上部にある「ポイントアイコン」をタップすると、アプリ内で保持しているポイントが確認できます。

メイン部分

現在の歩数、過去の歩数、1日の歩数目標などが確認できます。また、歩数目標を設定することで、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。



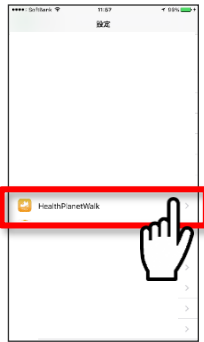
裏面もご覧ください！

※画面はイメージです。端末やOSのバージョンによって、画面の表示や操作が実際とは一部異なる場合があります。

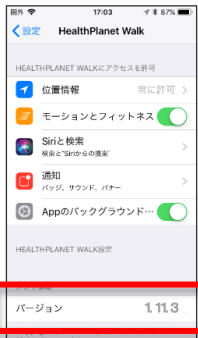
うまく歩数がカウントされない場合は スマートフォンの「設定」を下記の手順でご確認ください

iPhone

- 1 ホーム画面上の「設定」をタップします。
- 2 「HealthPlanetWalk」をタップします。



- 3 「バージョン1.11.3」以上になっていることを確認。
- 4 「モーションとフィットネス」がONになっていることを確認。



- 5 「通知」をタップします。
- 6 「通知を許可」がONになっていることを確認。



Android

「HealthPlanet Walk」アプリに「身体活動」データへのアクセス権限が許可されていることを確認してください。
※以下は「AQUOS SH-02M Android 11」の場合

- 1 ホーム画面上の「設定」をタップします。
- 2 「プライバシー」をタップします。



- 3 「権限マネージャ」をタップします。
- 4 「身体活動」をタップします。



- 5 「HealthPlanet Walk」が許可されていることを確認。
- 6 「HealthPlanet Walk」をタップし、「許可」を選択します。

(以下のように許可されていない場合は次へ進んでください)



※画面はイメージです。端末やOSのバージョンによって、画面の表示や操作が実際とは一部異なる場合があります。

体組成計「MC-780A-N」の測定方法（会員QRコード）

歩数計アプリ「HealthPlanet Walk（ヘルスプラネットウォーク）」を開き、「その他」>「会員QRコード」をタップします。
スマホの画面（QRコード）をカメラに向けます。アナウンスが流れたら測定できます。

※QRコードをかざすのは、オレンジ色の機器です。



準備が整いました。測定できます。

