



**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。**

＜使用可能なスマートフォン＞

対応OS : iOS 13,14,15,16,17 Android 7.0以上

- ※ 該当OS以外の動作は保証いたしかねます。
- ※ 本アプリは、iPadやAndroidタブレットでは正しく動作しない可能性があります。
- ※ 一部のSIMフリー、らくらくスマートフォン、京セラDIGNO、HUAWEIには対応していません。
- ※ ご利用端末の登録国によっては当アプリをダウンロードできない可能性があります。

以下の手順に従い、アプリのダウンロードと新規会員登録の完了後に、ログインをお願いします。

① アプリをダウンロードする

以下の二次元コードを読み取り、健康管理アプリ「HealthPlanet（ヘルスプラネット）」（無料）をダウンロードします。



HealthPlanet
ヘルスプラネット

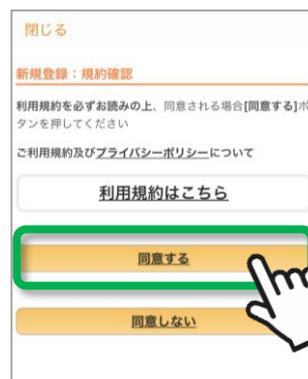


② 新規会員登録（「無料会員登録」ボタンをタップする）

アプリを開き、「無料会員登録」ボタンをタップします。**利用規約の内容を必ずご確認のうえ、「同意する」ボタンをタップして、お客様情報の入力画面を開いてください。**



アプリを開く



ヘルスプラネット 新規会員登録・インストール方法

③ 新規会員登録（基本情報を登録する）

お客様情報の入力画面が表示されたら、入力欄に基本情報を入力して登録をお願いします。（*すべて入力必須となります）

The registration form includes fields for: 生年月日 (1970(昭和45)年 1月 1日), お住まいの都道府県 (都道府県選択), メールアドレス (半角文字), ID (半角英数字記号4~64文字), パスワード (半角英数字6~16文字), ニックネーム (全角・半角英数字・記号1~16文字), 性別 (男性/女性), and 身長 (cm, 半角数字 例「150.5、150」). A callout box states: 「入力完了したら「次へ」をタップすると、登録内容の確認画面が表示されます。内容に問題なければ「登録」ボタンをタップしてください。」. The confirmation screen shows: 「登録完了」, 「登録が完了しました ご登録ありがとうございました!」, and instructions: 「左上の「閉じる」をタップして画面を閉じ、ログインをしてください。」.

④ アプリにログインする

ログイン画面が表示されたら、ご自身で設定されたIDとパスワードを入力してください。
※IDとパスワードの失念や紛失にご注意ください。



1. ご自身の「ID」を入力します。
2. ご自身の「パスワード」を入力します。
3. 「ログイン」ボタンをタップしてください。

一度ログインしていただいた後は、毎回ログインID・パスワードの入力をせずに、ご利用いただけます。

ヘルスプラネットの基本操作

ログイン後のホーム画面と基本操作についてご説明します。

「更新」ボタン

画面左上の「更新」ボタンをタップすると、アプリ内の情報を更新することができます。

「プロフィール」アイコン

画面右上の「プロフィール」アイコンをタップすると、プロフィールの編集や各種設定、「会員QRコード」の表示ができるほか、連携サービスやサポート情報を確認することができます。



アイコンをタップして画面を切り替え

「データを入力」「グラフを見る」「データを見る」のアイコンをタップして、それぞれの画面に切り替えることができます。

● 部位別評価

筋質点数&筋肉スコアや脂肪スコアが確認できます。

* 対応の体組成計のみ表示されます。

● 目標設定

体重・歩数の目標値を設定できます。

ホーム画面のカスタマイズ

画面を下方にスワイプして最下部にある「ホーム画面のカスタマイズ」をタップすると、ホーム画面の表示項目を自分の目的や好みに合わせて変更することができます。

ヘルスプラネットの測定データの確認方法

記録したデータはグラフ表示されるので変化の推移が一目で分かります。目標設定をして健康管理にお役立てください。

ホーム画面の「**グラフを見る**」をタップするとグラフ画面が表示されます。ウィジェットに表示されている各項目の**ミニグラフ**をタップすると、各項目別のグラフ画面を確認することができます。



画面右上の**三本線のアイコン**をタップすると「**データを見る**」(項目ごとの記録データ一覧)画面が表示されます。



グラフは**2項目**まで表示できます。右側の「+」「-」ボタンで表示数を変更できます。グラフ画面の表示項目のボタンをタップして、表示したい項目を選択することができます。



グラフ上をタップすると表示される**吹き出し**をタップすると、**記録したデータの詳細画面**が表示されます。

グラフ画面を左右にスワイプすると、前後の期間のグラフを確認することができます。

「1週間」「1ヶ月」「3ヶ月」「半年」「1年」のボタンをタップして、グラフの表示期間を変更することができます。

※ 事前に設定した**体重・歩数の目標値**が赤い点線で表示されます。

測定時の「会員QRコード」使用方法

体組成計・血圧計での測定時は、以下の手順に従って、アプリの「会員QRコード」をかざして個人認証を行っていただきます。

1

「ヘルスプラネット」を開き、ホーム画面右上の「プロフィール」アイコン ⇒ 「会員QRコード」をタップします



2

「会員QRコード」画面をQRコードリーダーにかざして読み取らせ、アナウンスが流れたら測定できます

スマホの画面（会員QRコード）をQRコードリーダーのカメラにかざして読み取らせ、アナウンスが流れたら測定できます。「準備が整いました。測定できます」のアナウンスが流れたら、測定できます。



準備が整いました
測定できます



「会員QRコード」画面はしっかり読み取らせましょう（3秒程度）「ピッ」という音の後に「ピピッ」と音が鳴ればOKです！

※「会員QRコード」をかざすのは、オレンジ色の機器です。

ヘルスプラネットウォークのインストール方法

① アプリをダウンロードする

以下の二次元コードを読み取り、**歩数計アプリ「HealthPlanet Walk（ヘルスプラネットウォーク）」（無料）**をダウンロードします。



HealthPlanet Walk

iOS



Android



※活動量計を使用している人は、このアプリを使用しないでください。

② ログインと初期設定

アプリを開いたら、画面の指示に従ってログインします。

ログインIDとパスワードは、「ヘルスプラネット」の会員ID等と同じものです。

ログイン後は画面の指示に従って初期設定を済ませてください。

iPhone

- スマートフォンの設定で「**モーションとフィットネス**」からの**アクセスと通知を許可**する必要があります。

Android

- スマートフォンの設定で「**身体活動**」データへの**アクセスを許可**する必要があります。
- アプリは**常時起動**しておく必要があります。アプリを停止してしまうと歩数がカウントされません。

③ 基本画面

基本画面で必ず使用するボタンは、ホーム画面左上にある「**データ送信**」ボタンです。タップすると「ヘルスプラネット」に歩数データを送信します。

7日に1回、データ送信をしましょう。

