

「あげお健康+」アプリの使い方

①歩く

「更新」ボタン 歩数などの情報を更新

P 1日1回タップすると1P!

【Android 端末の場合】

- ① 「HealthPlanetWalk」の更新ボタンをタップしてから、
- ② 「HealthPlanet」 ボタンをタップすると画面に変わる。
- ③ 「HealthPlanet」 の更新ボタンをタップする。



鞋 「HealthPlanetWalk」画面

「HealthPlanet」ボタン
「あげお健康+」画面に変わる。



「HealthPlanet」画面

【iPhone 端末の場合】

- ① 「HealthPlanet」の更新ボタンをタップする。



◎ポイント獲得表

65歳以上	65歳未満	ポイント数
1,000歩以上	1,000歩以上	1pt/日
2,000歩以上	2,000歩以上	3pt/日
3,000歩以上	3,000歩以上	5pt/日
4,000歩以上	5,000歩以上	7pt/日
5,000歩以上	7,000歩以上	10pt/日
6,000歩以上	8,000歩以上	20pt/日

②測る

データを入力

家庭の体重計等で測定したデータを入力

P 1日1回入力すると5P!



「HealthPlanet」画面 《自宅測定》

- ①ホーム画面の「データを入力」をタップ。



- ②「体組成」を選択し、数値を入力。



健康保健センター
こども保健センター
市民体育館
各公民館(市内6カ所)

公共施設に設置された体組成計で測定すると
月初めは50P(上限1回)、2回目以降5P



体脂肪率、筋肉量、BMI、基礎代謝量、内臓脂肪レベル、推定骨量など幅広い項目を測定でき、筋肉スコアや脂肪スコアは部位別の測定が可能!

イベントはアプリ内の
プッシュ通知等でお知らせします。

また、市のイベントカレンダーに「あげお健康+（ぶらす）50ポイント付与イベント」と記載がある事業は連携事業です。

③楽しむ

体組成測定 「会員QRコード」から
体組成の測定時に読み込む。

イベント参加 「QRコードリーダー」から
イベントに掲示されたQRコードを読み取るとポイント獲得。

P 参加すると50P!

あげぶらスポット 「QRコードリーダー」から
市内に設置されたQRコードを読み取ると
ポイント獲得。

P 各施設1回5P(上限月20P)!



↑カレンダーはこちら



↑あげぶらスポットはこちら

健康情報を見る

「タニタ健康コラム」「タニタ社員食堂レシピ」「健康ショートドラマ」のどれかを見る。

P 1つ以上見ると、1日1回1P!



1件の新着のお知らせがあります。

ポイント交換（応募期間 毎月11日～月末）／「あげお健康+」アプリの使い方

1 ポイントをタップする。



4 「デジタルギフト最大500円分」をタップする。



その他

体重 4/13(木) 10:40
63.65 kg
目標まであと 4.15 kg です。
部位別評価
目標設定

今週の総消費カロリー 8/4(日) - 8/10(土)
AVG 1628 kcal

夕ニタ社員食堂レシピ
掲載レシピ1,300種類以上。500kcalのヘルシー定食レシピをスマホでいつでもチェック！

ホーム画面のカスタマイズ

2 現在の獲得ポイント数をタップする。



5 「確認画面へ」のあと、「交換する」をタップする。



3 ポイント交換するをタップする。



6 完了画面が表示される。



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」「会員QRコード」「ポイント」「ランキング」「コンテンツ」のアイコンをタップして、画面を切り替えられる。
※左右にスワイプすると、すべてのアイコンを確認できる。

新着のお知らせ

上尾市のイベント情報や抽選のお知らせ、デジタルギフトの交換用URLのお知らせなどが届く。

部位別評価（体組成測定のみ）

筋肉スコアや脂肪スコアが確認できる。

* 対応の体組成計のみ表示

目標設定 体重・歩数の目標値を設定できる。

ホーム画面のカスタマイズ

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る。

ポイント抽選結果確認方法（翌月10日抽選）

1 ポイントをタップする。



2 現在の獲得ポイント数をタップする。



3 抽選結果を確認できる。



4 抽選結果の一覧のうち、確認したいものをタップする。



5 抽選結果が表示される。
※当選の場合



6 ※落選の場合



当日中に、ポイント交換用URLを
PUSH通知でお知らせします。

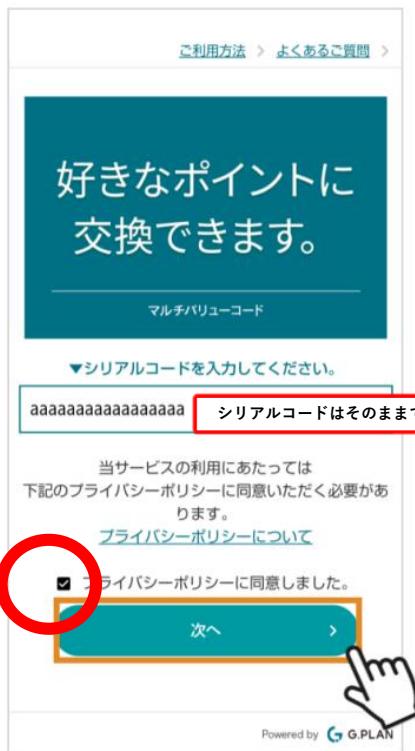
ポイント交換方法

1 「当選の皆様へ」という交換用URLが届く。

*右上 8の「お知らせをみる」及び「新着のお知らせ」の2か所から確認ができる。



2 プライバシーポリシーの同意にチェックし、「次へ」ボタンをタップする。



3 交換したい銘柄を選択するし、「次へ」ボタンをタップする。



4 各銘柄の交換手順に従って交換作業を行う。



あなたのシリアルコード



nanacoポイント
500 ポイント

交換完了まで2~3日かかります。
交換が完了するまで、上記シリアルコードの保存をお願いします。当ページの画面保存等をおすすめします。

TOPへ

注意

〈ポイントの還元率〉

Vポイント、PayPayポイントの還元率は以下のとおりです。選択される際はご注意ください。

- ・Vポイント：450ポイント
- ・PayPayポイント：475ポイント

〈nanacoポイントの場合〉

セブンカード・プラス（一体型）の場合は、クレジット番号とnanaco番号は異なります。カードの裏面をご確認ください。

お問い合わせ先 タニタヘルスリンクカスタマーサポート

電話 0120-771-015

受付時間：平日 9:00~18:00 (土日・祝日・年末年始を除く)