

保存版



おでかけ
しながら

散歩
しながら

働き
ながら

あげお健康ポイントアプリ



あげお健康+



毎月最大500円分の
PayPayやnanacoなどの電子マネーが
抽選で当たる!



交換可能な電子マネー



PayPay ポイント

d POINT

POINT

amazon

「nanaco」は株式会社セブン・カードサービスの登録商標です。「WAON（ウォン）」はイオン株式会社の登録商標です。PayPayポイントは出金、譲渡不可です。PayPay／PayPayカード公式ストアでも利用可能です。本プロモーション・キャンペーンは株式会社タニタヘルスリンクによる提供です。本プロモーション・キャンペーンについてのお問い合わせはAmazonではお受けしておりません。お問い合わせはタニタヘルスリンクカスタマーサポートまでお願いいたします。Amazon、Amazon.co.jpおよびそのロゴはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。

登録フロー

2

ご自身の情報を入力し、アンケートにご回答ください。



1

二次元コードを読み取り、
HPから登録してください。



3

iPhone
「HealthPlanet」と
ヘルスケアアプリを連携



連携方法の詳細は裏面を参照ください。

会員登録方法の動画はこちら ▶▶▶▶▶

Android

右の二次元コードを読み取り、「HealthPlanet Walk」
アプリをインストールして「HealthPlanet」と連携



メモ

あなたのID

あなたのパスワード

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)

歩く

65歳未満

1日の歩数	ポイント数
8,000歩以上	20
7,000～7,999歩	10
5,000～6,999歩	7
3,000～4,999歩	5
2,000～2,999歩	3
1,000～1,999歩	1

65歳以上

1日の歩数	ポイント数
6,000歩以上	20
5,000～5,999歩	10
4,000～4,999歩	7
3,000～3,999歩	5
2,000～2,999歩	3
1,000～1,999歩	1

1日の歩数に応じて
ポイントを獲得できます!

65歳未満では、8,000歩／日、
65歳以上では、6,000歩／日
を達成すると、1日最大20ポイント
獲得できます。



測る

体組成計は、体重だけではなく、脂肪量や筋肉量なども測定することができます。日々の健康管理に、市内に設置された体組成計をご利用ください。

体組成測定	ポイント数
月の初回測定	50
その後の測定(1日1回まで)	5



体組成 測定 スポット

- 健康保健センター
- 原市公民館
- 市民体育館
- 大石公民館
- 上平公民館
- 平方公民館
- こども保健センター
- 大谷公民館
- 上尾公民館

利用時間は各施設にご確認ください。



体脂肪、筋肉、体水分、内臓脂肪レベル、基礎代謝量、BMIなどが測定できるほか、筋肉量は、左腕・右腕・左脚・右脚の部位別に表示されます。



応募

ポイントを貯めて、応募しましょう！

500ポイント貯めて毎月の抽選に参加しよう！

当選すると最大で500円分の電子マネーがもらえます！

対象

市内に在住の年度末時点での19歳以上の人

応募条件

500ポイント獲得毎に一口応募

応募期間

毎月11日から月末

抽選日

翌月10日

当選発表

当選結果は、アプリのプッシュ通知でお知らせします。

当選した場合は即日、プッシュ通知で交換用URLが記載されたお知らせが届きます。



高確率な
当選が魅力！

抽選応募スケジュール

毎月11日～月末が応募期間、翌月10日が抽選日です

11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

← 応募期間 →

抽選日

楽しむ

あげぶら連携事業に参加して ポイントをもらいましょう!

あげぶら連携事業は
このマークが目印!

健康講座やスポーツイベントなど、あげぶら連携事業に参加すると
ポイントが獲得できます。あげぶら連携事業は **400以上!**



Check!!

連携事業はこちらから
確認できます▶▶



「あげぶら連携事業」の詳細は
アプリのお知らせでもご案内します



あげぶらイチ押し事業

スポーツ健康都市宣言と関連のある7事業を選定!

楽しく健康になれちゃう「あげぶらイチ押し事業」

さらに
ポイントも
プラス

- ①成人歯科検診(5~11月)
- ②あげおdeからだ元気フェスタ(6月)
- ③上尾市民体育祭(10月)
- ④食育講演会(10月)
- ⑤上尾シティマラソン(11月)
- ⑥健脚速歩大会(11月)
- ⑦スポ健Day(通年)



ランキング機能



全体、年代、性別ごとの
順位が見られます

ステータス機能



※画面は開発中のものであります。変更になる可能性があります。



あげぶらスポットに出かけて ポイントをもらいましょう!

ポイント付与
各施設1回
5ポイント
(上限20ポイント/月)

あげぶらスポット

- | | | | |
|------------------------------------|------------------------|----------|------------------------------|
| ● 健康保健センター | ● イコス上尾 | ● 上平公園 | ● 各公民館 |
| ● こども保健センター | ● アッピーランド | ● 平塚公園 | ● 各支所・出張所 |
| ● 市民体育館 | ● こどもの城 | ● 戸崎公園 | ● 図書館本館・各分館 |
| ● 上尾市役所
<small>motodate</small> | ● わくわくランド | ● 上尾丸山公園 | ※同一建物に1つの二次元コードを
設置しています。 |
| ● 本館工業あげお自然学習館 | ● 上尾駅 | ● 北上尾駅 | ● 瓦葺ふれあい広場 |
| ● 三井金属あげおコミュニティセンター | ● 農産物自動販売機(市役所本庁舎ピロティ) | | |
| ●埼玉アイスアリーナ | ● プラザ22 | | |



各種キャンペーン

年間を通して様々な工夫を凝らした企画やキャンペーンを実施し、楽しく継続して健康づくりに取り組むことができます。

- | | | |
|-----------------|---------------|--------------|
| ●バーチャルウォーキングラリー | ●アッピー&あっぽを探せ! | ●あげぶらフォトスポット |
| ●あげっこキャンペーン | ●あげぶらおみくじ | ●お花見巡り ほか |

⚠ ご注意ください ⚡

他の歩数計測デバイスや歩数計アプリを併用してデータ送信を行うと、正しく歩数やポイントが集計されません。

「ヘルスケア」「HealthPlanet Walk」以外との連携設定や歩数データ送信はしないようご注意ください。

iPhone/Apple Watch

「HealthPlanet」と「ヘルスケア」の連携方法



※Apple Watchを使用する場合は、事前に「ヘルスケア」アプリにて、Apple Watchのペアリングを行ってから設定してください。



Apple Watchを装着して歩数を計測します。
「ヘルスケア」アプリと同期することでデータを取り込むことができます。

1 「データを入力」をタップしてください。



2 「歩数」>「デバイスから自動入力」をタップしてください。

3 データ連携の「ヘルスケア」をオンにしてください。



4 「歩数」の読み出しをオンにし、データのアクセスを「許可」して該当の端末を選択してください。



この画面が表示されたら連携完了です

Android



HealthPlanet Walkダウンロード▶



「HealthPlanet」と「HealthPlanet Walk」の連携方法

1 「あげお健康+」と同じログインIDとパスワードを入力し「ログイン」をタップします。

2 プロフィールを入力し「次へ」をタップします。

3 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」のままでは先に進めません。



4 【身体活動データへのアクセスを「HealthPlanet Walk」に許可しますか?】と表示されたら「許可」をタップします。

5 「設定」でモードを「内蔵歩数計」に、電池の最適化をOFFにし、「始める」をタップしてください。



6 ホーム画面が起動します。

データ送信ボタンを押して、歩数がカウントされているのを確認してください。オレンジ色のアイコンをタップすると、「あげお健康+」の画面に遷移します。



「あげお健康+」のデータ送信ボタンをタップし、同じ歩数が表示されたら連携完了です

連携が完了したら、「あげお健康+」トップ画面左上のデータ更新ボタンを押してください