

# 歩数バトル選手権 ~歩いて健幸に~

## 令和7年9月1日～11月30日

# 健康管理アプリ 「HealthPlanet (ヘルスプラネット)」 使い方ガイド

申込期間：令和7年7月5日～8月19日



**HealthPlanet**  
ヘルスプラネット



インフロニア草津アクアティクスセンター

# アプリのダウンロード・新規会員登録 1/2



**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（2025年6月時点）>

**対応OS : iOS 13, 14, 15, 16, 17, 18 Android 11.0 以上**

- ※ 該当OS以外の動作は保証いたしかねます。
- ※ HUAWEI(全端末)は動作保証外となります。
- ※ 端末のご利用環境により正常に動作しない場合があります。
- ※ 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。



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**をお願いします。

※すでに「ヘルスプラネット」をご利用いただいている場合は、次ページの「以前よりIDをお持ちの場合の登録方法」に従って登録手続きを行ってください。

## ① アプリをダウンロードする

以下のQR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 新規会員登録する

1 アプリを開き、「新規会員登録」をタップ。



2 団体コード「kusatsu0801」を入力します。

※ 団体コードを正しく入力しないと、本事業専用の機能がご利用いただけません。



3 「ヘルスプラネット」会員規約およびプライバシーポリシーをご確認いただき、「同意する」にチェックをしたら「次へ進む」をタップします。



# アプリのダウンロード・新規会員登録 2/2

- 4** お客様情報（基本情報・ご本人情報）を入力し、会員規約に同意いただき、「次へ進む」をタップ。



- 5** 入力内容を確認し、「内容を確認する」をタップ。



- 6** 会員登録が完了したら、「アプリをはじめる」をタップ。



- 7** 以下のホーム画面が起動したら会員登録完了。



以上で会員登録は完了です。



スマホの機種変更後などにアプリにログインする際は、ご自身で登録いただいた**ログインIDとパスワード**が必要となりますので、忘れないようご注意ください。

## ➤ 以前よりIDをお持ちの場合の登録方法

1. アプリを起動し、ご利用中のIDとパスワードでログイン。右上の「プロフィールアイコン」をタップ。



2. 「団体コード確認」をタップ。

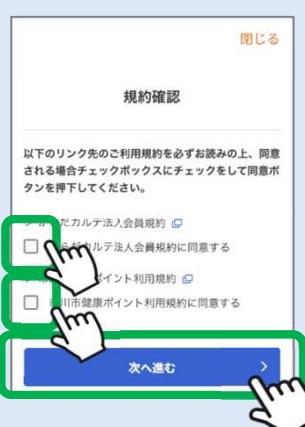


3. 団体コードに「**kusatsu0801**」を入力し、「次へ進む」をタップ。

※ 団体コードを正しく入力しないと、本事業専用の機能がご利用いただけません。



4. ご利用規約への同意など必要情報を入力。



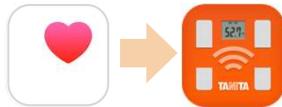
5. 完了画面が表示されたら、会員登録完了。

以上で会員登録は完了です。

# アプリの初期設定（歩数データ連携）

iPhone をご利用の方

※ ご利用端末にインストール済み  
のアプリを使用



手順  
**1**

## ◆ 「ヘルスケア」と「HealthPlanet」を連携する（初期設定）

**1** 「データを入力」をタップ。



**2** 「歩数」>「デバイスから自動入力へ」の「設定する」をタップ。



**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（iPhone）を選択してください。  
（※ご利用端末やOSのバージョンによっては、左側の画面【A】が表示されない場合がございます）

**【A】**

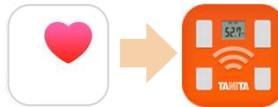


この画面が表示されれば「ヘルスケア」との連携は完了です。

# アプリの初期設定（歩数データ連携）

iPhone をご利用の方

※ ご利用端末にインストール済み  
のアプリを使用



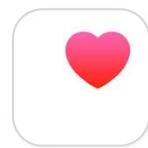
手  
順  
**2**

## ◆ 「ヘルスケア」から歩数データを取り込む

「HealthPlanet」アプリ・ホーム画面左上部にある「更新」ボタンをタップすると、「ヘルスケア」のデータが「HealthPlanet」に反映されます。



ヘルスケア



HealthPlanet



### 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」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。



**最低でも7日間に1回のデータ更新を推奨します**

「HealthPlanet」アプリ・ホーム画面左上部にある「更新」ボタンをタップすると、アプリ内で保持している歩数データが送信されます。

## Android をご利用の方

「Google Fit」の歩数を「ヘルスコネクト」を介して「HealthPlanet」に取り込みます。



Google Fit



ヘルスコネクト



HealthPlanet

※ご利用端末（スマホ）に「Google Fit」アプリをインストール済みの場合は次ページへお進みください。

準備  
（アプリの事前インストール）

## ◆ 「Google Fit」アプリ（無料）をインストールする

Google Playストアで「Google Fit」を検索してアプリをインストールします。



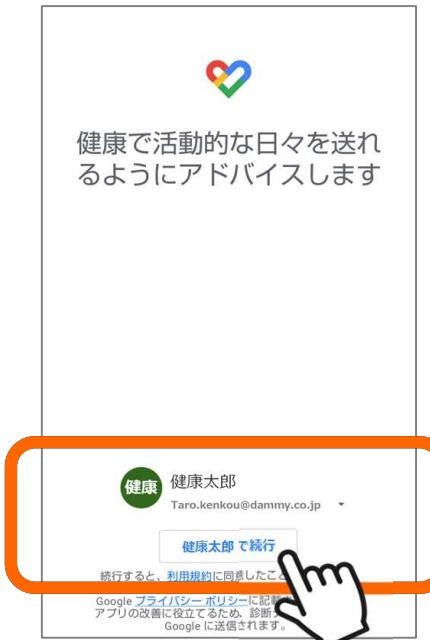
※Google Playストアでスマホの対応端末・OSをご確認ください。

※Googleアカウントが必要ですので、事前にアカウントの登録をお願いします。



Google Fit

1 Googleのアカウントを選択してログイン。



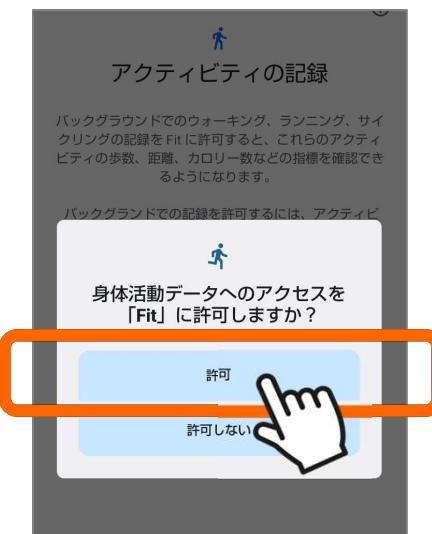
2 基本情報を入力し、「次へ」をタップ。



3 「アクティビティの記録」で「オンにする」をタップ。



4 『身体活動データへのアクセスを「Fit」に許可しますか？』の画面で「許可」をタップ。





以下の手順に沿って、「ヘルスコネクト」と「Google Fit」の連携を行ってください。

手順  
1  
(次ページへつづく)

## ◆ 「ヘルスコネクト」がインストール済みか確認する

「ヘルスコネクト」がインストールされていない場合は、インストールを行ってください。

- 1** 「Play ストア」を開き、検索画面で「ヘルスコネクト」と検索してください。



- 2** 「インストール」をタップして、インストールの実行をお願いします。



## ◆ 「ヘルスコネクト」と「Google Fit」を連携する

- 1** 「Google Fit」を開き、ホーム画面の「Fitとヘルスコネクトを同期する」の「始める」をタップします。



ホーム画面にⒶが表示されない場合は、画面右下の「プロフィール」(人型アイコン)をタップし、プロフィール画面右上の「設定」(歯車アイコン)をタップしてください。設定画面が表示されたら「Fitとヘルスコネクトを同期する」をオンにします。



# アプリの初期設定（歩数データ連携）

Android をご利用の方

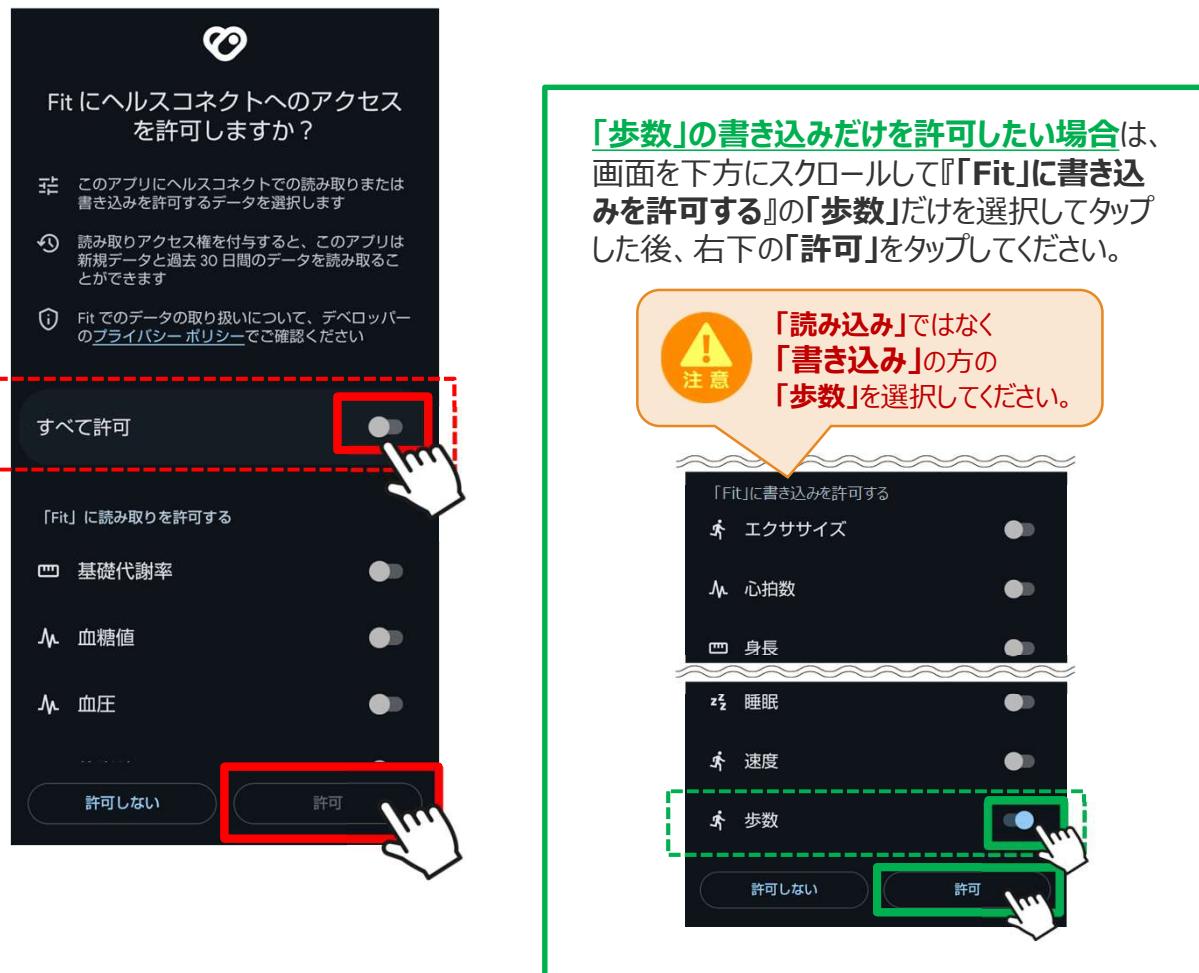


手順  
1  
(次ページへつづく)

2 「Fitとヘルスコネクトを同期する」画面が表示されたら「設定」をタップします。



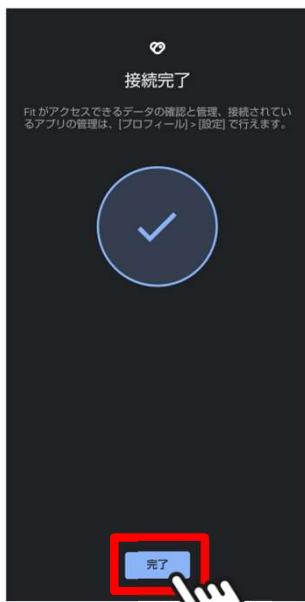
3 「Fitにヘルスコネクトへのアクセスを許可しますか？」画面が表示されたら「全て許可」をオンにした後、右下の「許可」をタップします。





手順  
1

4 「接続完了」画面が表示されたら「完了」をタップします。



以上で、「ヘルスコネクト」と「Google Fit」を連携設定は完了です。

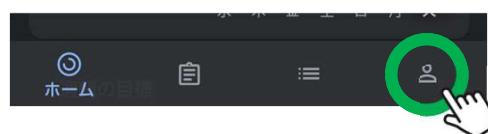
スマートフォンのロックが解除された状態で、「Google Fit」から「ヘルスコネクト」へ自動でデータが書き込まれます。

次に、「ヘルスコネクト」と「HealthPlanet」の連携を行ってください。

## 「ヘルスコネクト」と「Google Fit」の連携確認方法



「Google Fit」を開き、ホーム画面右下の「プロフィール」（人型アイコン）をタップします。



プロフィール画面右上の「設定」（歯車アイコン）をタップします。



設定画面で「Fitとヘルスコネクトを同期する」がオンになっていれば連携されています。オフになっている場合は、「オン」にしてP.3への手順に沿って連携を行ってください。





手順

2

（次ページへつづく）

### ◆ 「ヘルスコネクト」と「HealthPlanet」を連携する

1 「データを入力」をタップ。



2 「歩数」>「デバイスから自動入力～」の「設定する」をタップ。



3 データ連携の「ヘルスコネクト」をオンにしてください。



**「Google Fit」「ヘルスコネクト」がインストールされていない場合は、以下のような画面が表示されます。**

画面の指示に従って、各アプリのインストールを行った後に、再度「ヘルスコネクト」と「HealthPlanet」の連携を行ってください。



# アプリの初期設定（歩数データ連携）

Android をご利用の方



手順  
2  
(次ページへつづく)

## 4 「Google Fit」の歩数を計測する設定の確認を行います。

画面の指示に従って、確認・設定を完了したら、「歩数計測の設定を確認しました」をタップしてください。



## 5 「Google Fit」と「ヘルスコネクト」の連携の確認を行います。

画面の指示に従って、確認・設定を完了したら、「連携を確認しました」をタップしてください。



## 6 「ヘルスコネクトとHealthPlanetを連携する」をタップして、「ヘルスコネクトと連携中」の画面が表示されたら完了です。



この画面が表示されれば  
「ヘルスコネクト」との連携は完了です。

Android をご利用の方



手順  
3

## ◆ 「ヘルスコネクト」から歩数データを取り込む

「HealthPlanet」アプリ・ホーム画面左上部にある「更新」ボタンをタップすると、「ヘルスコネクト」を介して「Google Fit」の歩数データが「HealthPlanet」に反映されます。



ヘルスコネクト



HealthPlanet



Google Fit



### 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。「ヘルスコネクト」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。



**最低でも7日間に1回のデータ更新を推奨します**

「HealthPlanet」アプリ・ホーム画面左上部にある「更新」ボタンをタップすると、アプリ内で保持している歩数データが送信されます。

# アプリの基本操作

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

画面左上部にある「更新」ボタンをタップすると、アプリ内で保持している歩数データ等が更新されます。

**7日間に最低1回の  
データ更新を推奨します**

## 「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、「お知らせ（配信情報）」や連携サービス、サポート情報（このアプリの使い方など）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」「部位別評価」「ポイント」「コンテンツ」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。

\* 左右にスワイプすると、すべてのアイコンを確認することができます。

### ● 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。



# 体組成・血圧測定時の「会員QRコード」使用方法

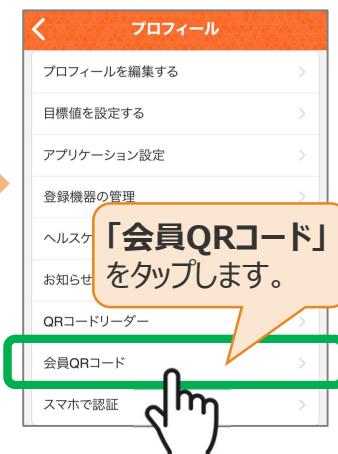
体組成計・血圧計での測定時は、以下の手順に従って、アプリの「会員QRコード」をかざして個人認証を行っていただきます。

1

健康管理アプリ「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



HealthPlanet  
ヘルスプラネット



「会員QRコード」画面が表示されます。

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」画面をかざして、「ピッ」と1回音が鳴ったら画面を離しましょう。画面をかざしたままだとエラーになります。

※「会員QRコード」をかざすのは、オレンジ色の機器です。

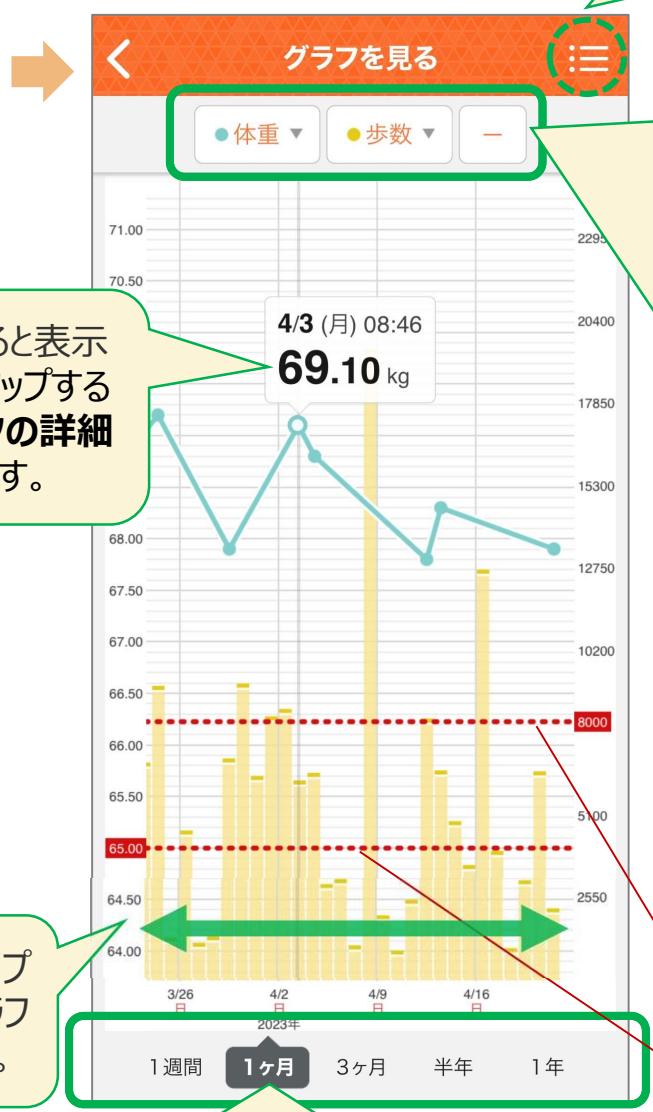
# グラフを見る／データを見る

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。



\*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。

# ウォーキングラリー

※掲載のコース・ディスプレイ（表示画面）は解説用のイメージとなります。実際のものとは、デザイン・仕様・名称が一部異なる場合があります。

## ◆期間内にゴールを目指して、みんなで歩数を競おう！

期間内に参加者同士で歩数を競い合います。



画面上部のナビゲーションに表示されている「コンテンツ」>「イベント」（足あとのマーク）をタップすると「ウォーキングラリー」のページを確認することができます。



通過地点ごとに  
画像が変わる！  
いつものコースや近所の買い物・お散歩コースを歩きながら、まるで名所めぐりをしている気分に。



あなたの現在のランキングや  
平均歩数、達成率をチェックで  
きます。順位がわかるので仲間  
と競争を楽しめます！



最終結果発表		
99人中1人がゴールしました。		(2020/12/08時点の集計結果)
順位	17位 / 99位	
合計歩数	29,962歩	
ランキング		
1位	健康太郎 様	280,000歩
2位	██████████	65,051歩
3位	██████████	46,813歩
4位	██████████	39,792歩
5位	██████████	37,830歩
6位	██████████	35,717歩
7位	██████████	35,055歩
8位	██████████	33,867歩
9位	██████████	33,514歩
10位	██████████	33,348歩



イベント期間中は、  
最低でも7日間に1回の  
データ送信をしましょう。

「ウォーキングラリー」において、歩数データは過去10日分までを集計対象としており11日以前のデータは集計対象外となります。最低でも7日間に1回はデータ送信することを推奨します。



画面下部のナビゲーションに  
表示されている「イベント」  
（足あとのマーク）をタップ  
すると「ウォーキングラリー」の  
ページを確認することができます。