

「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

1日1回タップすると1P!

【Android 端末の場合】

- ① 「HealthPlanetWalk」の更新ボタン押してから、
- ② 「HealthPlanet」のボタンを押すと画面が遷移します
- ③ 「HealthPlanet」の更新ボタンを押す。

【iPhone 端末の場合】

- 1① 「HealthPlanet」を更新する。



◎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



「HealthPlanetWalk」画面

「HealthPlanet」画面

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

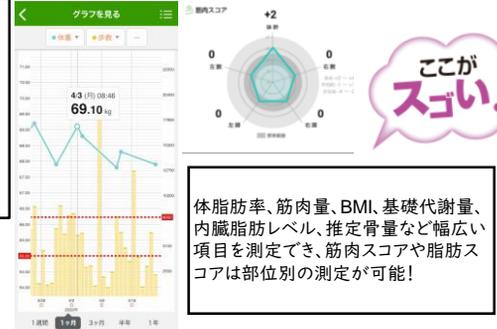
1日1回入力すると5P!

「HealthPlanet」画面 《自宅測定》



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

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)



ここが
スゴい!

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!

- 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。
 - ③ 「このデータを入力する」をタップ。
- ※ その他、血圧や尿糖のデータも入力することができます。

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。

参加すると50P!

あげふらスポット「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。

各施設1回5P (上限月20P)!

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

1つ以上見ると、1日1回1P!

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。



↑カレンダーはこちら



↑
あげふらスポットはこちら

③ 楽しむ



歩数 8/5(月)

0000

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



2 現在の獲得ポイント数をタップする



3 ポイント交換するをタップする



4 「デジタルギフト最大500円分」をタップする



5 「交換する」をタップする



6 完了画面が表示される



その他



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」「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することができます。

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
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(毎月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



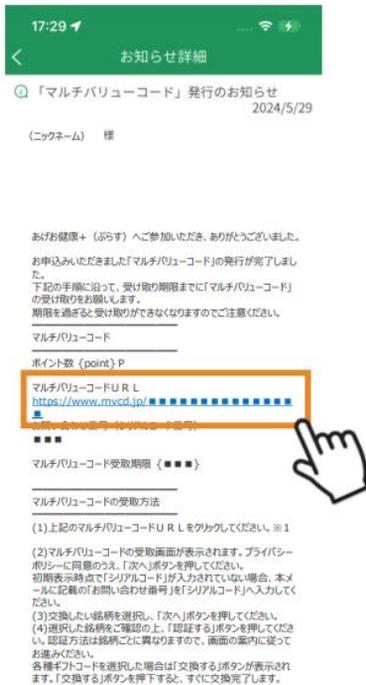
- 4 抽選結果の一覧のうち、確認したいものをタップする
- 5 抽選結果が表示されます。
※当選の場合
- 6 ※落選の場合



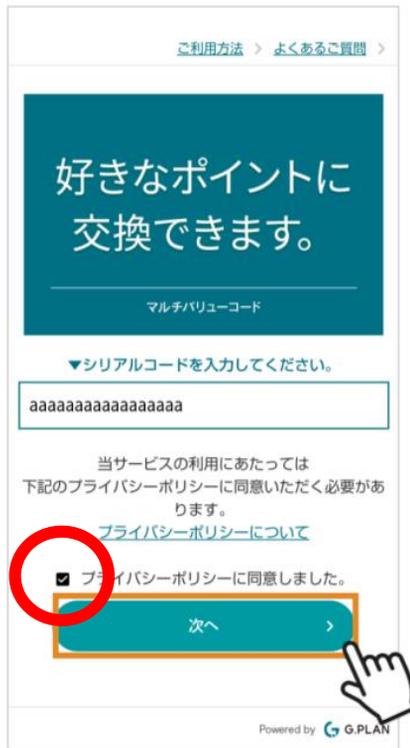
当日中に、ポイント交換用URLを
PUSH通知でお知らせします。(4月～)

ポイント交換方法

1 お知らせに「当選の皆様へ」という交換用URLが届く。



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。



※PayPayも追加されました。

4 各銘柄の交換手順に従って交換作業を行う。



注意

〈nanacoポイントポイントの場合〉

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

〈電子マネーWAONの場合〉

・電子マネーWAONとWAONポイントは異なります。

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）