

活動量計とアプリの便利度比較

活動量計コース	アプリコース
<メリット> ・コンパクトで首から下げる紐もついていて、持ち運びやすい。 ・難しい操作の必要がなく、取扱いが簡単。	<メリット> ・歩数データ送信をアプリ上からできるので、データ送信拠点に行かなくて済む。 ・「行きましたポイント」をもらえる指定の教室数が多い。
<デメリット> ・自己の責任による故障等の場合、新しい活動量計を購入する必要がある。 ・定期的に電池交換する必要がある。 ・歩数データの送信は、データ送信拠点に行く必要がある。	<デメリット> ・「変わりましたポイント」付与に対応していない機種がある。 ・バッテリー消費量が通常より増加する。 ・バッテリーが切れた場合、電源を切っている場合等は、歩数のカウントがされない。

この他、歩数データを機器内に保存できる日数が異なります。活動量計は30日、アプリは7日間です。データ送信を行わないと古いデータから自動的に消えていきます。

自分に合ったコースをお選びください。スマートフォンの操作に慣れていない方は、活動量計コースをおすすめします。

申込条件・お問合せ

対象者 18歳以上の見附市民（今年度18歳に到達する方を含む）

参加費 【活動量計コースの方】
5,170円 ※6月1日より5,390円になります。
※既にお持ちの場合は参加費不要です
【アプリコースの方】
2,000円

参加費支払い後にキャンセルした場合は返金できません。

参加条件 参加規約への同意ができる人
定期的に歩数データ送信ができる人
アンケート調査に協力できる人（実施された場合）

ネーブルいきいき健康づくりセンター ☎ 62-7804

受付時間：9:00-21:00（日曜日は16:30まで）

武道館いきいき健康づくりセンター ☎ 62-9005

受付時間：9:00-17:00（土・日曜日は16:30まで）

見附市健康福祉課 健幸づくり係 ☎ 61-1370

受付時間：9:00-17:00（平日のみ）



タニタ活動量計 (AM-151)

※見附市専用の機器です

令和7年度 参加者募集 見附市

歩く・もらえる・若返る

健幸ポイント

Wellness Point



健幸ポイントとは



市民の皆さんに健康づくりのきっかけを提供し、運動を習慣化してもらおうと共に、地域の活性化を図ることを目的とした事業です。日々の歩行や運動など健康づくりをすることでポイントが貯まり、そのポイントは地域商品券や寄付として交換ができます。



ポイント種類	内容	上限ポイント
がんばってますポイント	歩数に応じてポイントがつきます。専用の歩数計（活動量計）または歩数計アプリで計測します。1日の歩数に応じたポイントの他、月ごとの目標歩数達成ボーナスポイントもあります。	10ポイント/日 460ポイント/月 5,520ポイント/年
変わりましたポイント	体重が減る、筋肉が増えた場合等にポイントがつきます。公共施設に設置の体組成計で測定します。	500ポイント/3か月 2,000ポイント/年
入会したよポイント	指定の健康づくり教室に入会した場合ポイントがつきます。	1,000ポイント (事業参加中1回限り)
行きましたポイント	指定の健康づくり教室に通った日数に応じてポイントがつきます。	30ポイント/日 240ポイント/月 2,880ポイント/年
みんなで参加ポイント	早朝ラジオ体操、ナイトウォーキングに参加した回数に応じてポイントが付きます。(実施期間:4月から10月)	10ポイント/回 (年間上限なし。参加頻度が高いと、年1,800ポイント程度獲得が見込めます。)
健診受けたよポイント	健康診断を受けてその結果を提供した場合ポイントがつきます。	500ポイント/年

貯めた健幸ポイントは？



2つの交換コースから選択できます

見附市地域商品券コース

市内約60店舗で使える共通商品券に交換するコースです。

社会・地域貢献コース（寄付）

学校や地域コミュニティ、NPO法人などから寄付先を1つを選択し、寄付するコースです。

1ポイント=1円に換算

※年最大6,000円分、500円ごとに地域商品券に交換され、手元に届くか寄付されます。

（参加4年度目以降は1ポイント=0.5円に換算）

ポイントの交換は令和8年3月31日までの累積ポイントで行います

便利で簡単！健幸ポイント



健康管理サイト「からだカルテ」で簡単チェック

健幸ポイント参加者が無料で利用できるWEBサービスが「からだカルテ」です。



（1）歩数データ等を保存・管理することができ、体や運動量の変化を確認したり、目標管理をすることができます。

（2）「タニタ社員食堂レシピ」や「タニタ健康コラム」など、お役立ちコンテンツも掲載されています。

公共施設で体組成測定&歩数データ送信等ができる

市内公共施設で、体組成の測定や活動量計の歩数データ送信をすることができます。「からだカルテ」を閲覧できるパソコンも備え付けています。

一部で担当スタッフが常駐している会場がありますので、分からないことの質問や健康情報を受け取ることもできます。

体組成測定 & データ送信拠点施設	
ネーブルみつけ	今町公民館
見附市役所	新潟公民館
保健福祉センター	上北谷公民館
総合体育館	北谷南部地区ふるさとセンター
中央公民館	見附第二小学校区ふるさとセンター
北谷公民館	今町田園地区ふるさとセンター
葛巻公民館	庄川平ふるさとセンター



アプリコースについて

健幸ポイントに参加するためには、購入した活動量計を日常的に携行いただき事業に参加する「活動量計コース」と、スマートフォンの専用歩数計アプリを使って参加する「アプリコース」があります。アプリコースで参加をご検討の方は、下記の留意事項をご理解の上、お申し込みください。詳しい利用ガイドは、初回説明時にお渡しします。



事前にお持ちのスマートフォンがアプリに対応しているかご確認ください。

【要確認】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。

※Galaxy S8+(SAMSUNG/SC-03J・SCV35/Android(TM) 7.0)、Xperia XZ Premium(SONY/SO-04J/Android(TM) 7.1)、Xperia XZs(SONY/SOV35/Android(TM) 7.1)は一部正常に表示されない場合があります。

※HUAWEI(全端末)は動作保証外となります。

※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。

● インストール可否テストのお願い

アプリの対応確認のため、お申込み前にご自身で操作して、アプリがインストールできるかお試してください。あくまでインストールできるかのテストです。初回説明時に「ID/パスワード」が発行されてから開始となりますのでログイン（ID/パスワードの入力）は行わないでください。

1 スマホのホーム画面のiPhoneであればApp Store、AndroidはPlayストアをタップする。



2 アプリ検索画面で「ヘルスプラネットウォーク」と検索を行い、アプリをダウンロードする。

3 ダウンロードされたアプリが画面に存在しているか確認する。



⚠️ ご注意ください

間違って「HealthPlanet（ヘルスプラネット）」をダウンロードしないようにしてください。



HealthPlanet
(ヘルスプラネット)



HealthPlanet Walk
(ヘルスプラネットウォーク)

⚠️ さらに確認 「変わりましたポイント」をもらうための体組成測定に対応するスマホ

体組成の測定は、アプリの「スマホで認証」機能を使い、体組成計に付属するリーダーライターとスマートフォンとのBluetooth通信により行います。そのため、上記機種条件のほか、右QRコードのリンク先に記載のない機種は、体組成測定の動作保証の対象外となります。体組成測定ができない場合、「変わりましたポイント」がもらえません。

対応機種確認ページURL → <https://info.tanita-thl.co.jp/support/pdf/my-200.pdf>

※Androidの場合、購入時からOSのアップデートを行った端末についても動作保証の対象外となります。



OSの要件を満たしている機種であっても、メーカー独自の省電力等の機能やセキュリティの設定により使用できない場合があります。

アプリのインストールができない場合は、活動量計コースでの参加をお願いします。