

# 「健康マイレージ」の使い方

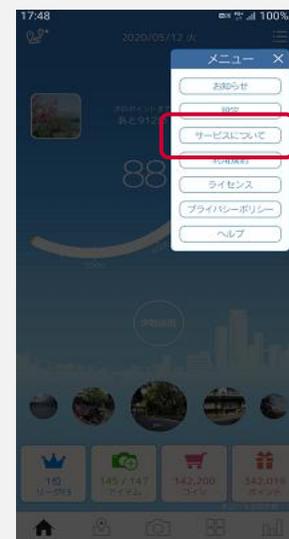
# 主なアプリ機能のご紹介

- バイタル記録 3P
- 写真投稿 4P
- バッジ①（コインを貯める） 5P
- バッジ②（交換方法） 6P
- バッジ③（写真で使う） 7P
- アプリの使い方（動画で確認） 8P

その他の使い方については、  
アプリ内の「サービスについて」よりご確認ください。



メニュー（三本線）



サービスについて



「サービスについて」または  
「アプリの使い方」から  
知りたい機能を確認！

## バイタル記録

ご自身のバイタルデータ（体重・血圧・睡眠時間）を記録できます。



バイタル記録



入力したい項目のえんぴつマークを押す



その日の数値を入力して登録

### ■ 体重を記録する場合 ■

- ① 入力したい日付を選択
- ② 体重項目のえんぴつマークを押す
- ③ スクロールして体重を選択
- ④ 登録ボタンをおす

※過去6日分まで遡って記録することができます。  
※体重入力画面から、身長の入力も可能です。  
※身長を一度入力しておくと、自動でBMIが計算されます。

## 写真投稿

写真を投稿しよう！  
ウォーキング風景や趣味の活動など、自由に楽しめます。



### ■ 写真撮影～投稿



既に保存されている写真は  
こちらから投稿できます。

カメラ 投稿  
一覧

### ■ 投稿写真の 確認



投稿一覧では、自分が投稿した写真と  
他の参加者が投稿した写真を見ることができます。



- ①文章を入力
- ②位置情報（住所）を入力
- ③写真のカテゴリを選択
- ④投稿する



位置情報  
入力画面

投稿した写真は、  
アプリのマップ上に反映されま  
す！



マップ上のカメ  
ラマークをタップ  
すると写真が  
表示されます。

※投稿した写真は、投稿監視システムで  
確認後に反映されます。

## バッジ① ～コインを貯める～

日々の歩数送信で、コインが獲得できます。



**コイン**  
日々の歩数に  
応じて獲得できます。

## ■コイン獲得表

1日の歩数	獲得コイン
10,000歩～	1,000コイン
8,000歩～	800コイン
6,000歩～	600コイン
4,000歩～	400コイン
2,000歩～	200コイン
2,000歩未満	100コイン

## バッジ② ～交換方法～

コインを貯めると、アプリが楽しくなるバッジと交換できます。



指定したカテゴリのみの表示もできます。

## バッジ③ ～写真で使う～

### 交換したバッジを使って、写真をデコレーションしよう！



### カメラ

- ・ 歩数バッジ
- ・ 変装バッジ

撮影中の画面で、  
バッジを貼りつけます。

- ・ スタンプバッジ
- ・ 変装バッジ

写真撮影後、  
バッジを貼りつけます。



健康マイレージアプリの基本的な使い方を動画で確認できます。  
QRコード、またはURLからご視聴ください。



URL : <https://youtu.be/cxQxra6-YAE>

※上記QRコードを読み取るとYouTubeに遷移します。  
※動画の視聴には通信費が発生しますので、Wi-Fi環境下での視聴を推奨しています。