

WEB申込みクイックガイド

歩数計アプリ「ヘルスプラネットウォーク」
& 健康管理アプリ「からだカルテ」 利用開始までの流れ

まずはじめに **参加登録&ダウンロード**をしましょう。

当事業を始めるために、WEBサイト「からだカルテ」の富良野市専用サイトから参加登録をして、そのあと2つのアプリ（「ヘルスプラネットウォーク」と「からだカルテ」）をダウンロードする必要があります。

【利用開始までの流れ】

〈富良野市専用サイト〉

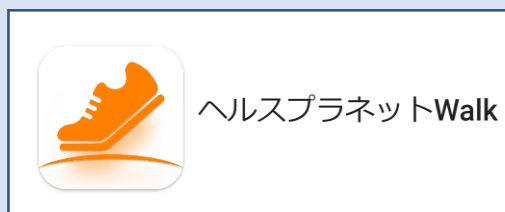


「からだカルテ」WEBサイトで登録

富良野市専用の「からだカルテ」サイトにアクセスして、「ふらの健幸ポイント事業に申込み」ボタンから参加登録してください。登録後、メールで個人IDが送信されます。



〈スマートフォン専用アプリ〉



ヘルスプラネットWalk

歩数計アプリ「ヘルスプラネットウォーク」

参加者の歩数を計測するアプリです。このアプリをインストールして、日々の歩数の計測と歩数のデータ送信、ポイント確認ができます。



からだカルテ

健康管理アプリ「からだカルテ」

データ送信した歩数や体組成計で測定したデータを管理するアプリです。歩数やからだの状態をグラフで閲覧することができます。

※一部機種によってはインストールできない場合があります。その際は富良野市保健福祉部保健医療課に問い合わせください。

次のページから詳細な手順をご説明いたします

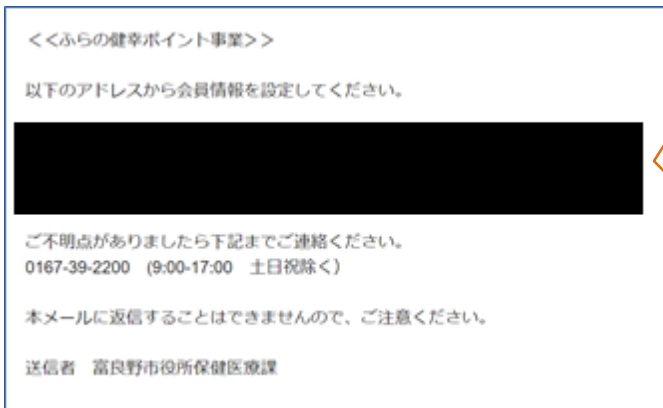
利用開始までの流れ

【参加登録の流れ】

〈富良野市専用サイト〉



〈送信後、受信されるメール〉



1. 「からだカルテ」WEBサイトから参加登録

<https://www.karakadarute.jp/city-furano>



富良野市専用の「からだカルテ」サイトにアクセスして、「ふらの健幸ポイント事業に申込み」ボタンをクリック。

次に「参加登録へ進む」ボタンをクリックしてください。

ご利用になるメールアドレスを入力、利用規約等のチェックボックスにを入れて「送信」。

2. 会員情報を設定

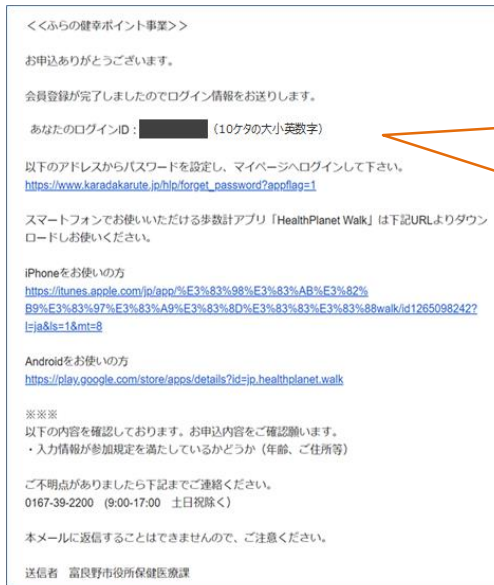
送信後、受信されるメールに記載のURLにアクセスして会員登録をしてください。



会員登録完了後、あなたのIDが記載されたメールが届きます。

利用開始までの流れ

〈参加登録完了後、受信されるメール〉



3. ログインIDの確認とパスワードの設定

会員登録が完了しましたのでログイン情報をお送りします。
あなたのログインID: [REDACTED] (10ケタの大小英数字)
以下のアドレスからパスワードを設定し、マイページへログインして下さい。
https://www.karadakarute.jp/hlp/forget_password?appflag=1
あなたのログインIDが表示された下に記載のURLをクリック、マイページへログインします。

パスワードを忘れた方

会員ID・ご登録のメールアドレス・生年月日をご記入の上、[送信する] ボタンを押してください。
メールにてパスワード再設定URLをお知らせします。

会員ID 必須

メールアドレス 必須

生年月日 必須

1970(昭和45) 年 1 月 1 日

送信する >

会員IDにメールに記載されている「あなたのログインID (10ケタの大小英数字)」を入力、メールアドレスと生年月日を入力して「送信する」をクリック。



送信後、パスワード再設定用のURLが記載されたメールを受信することでパスワードの設定画面に進みます。

利用開始までの流れ

〈送信後、受信されるメール〉

いつもご利用ありがとうございます。
パスワード再設定のお申込みをいただきましたので、以下のURLにアクセスしパスワード再設定をお願いいたします。

※URLの有効期限は、メール送信時刻から3時間になります。

<https://www.karadakarute.jp/>

このメールに心当たりの無い方は、お手数ですが karada-support@karadakarute.jp までお問い合わせください。

株式会社 タニタヘルスリンク からだカルテ事務局
Mail : karada-support@karadakarute.jp

URLにアクセスし「パスワードの再設定」を行うことでパスワードを取得します。

パスワード再設定

新しいパスワードをご記入の上、【変更する】ボタンを押してください。

新しいパスワード

半角英数字記号6～16文字

確認のためもう一度入力してください

半角英数字記号6～16文字

※英字の欧文字小文字は区別されます。
※入力可能な記号【.（ピリオド）・（ハイフン）_（アンダーバー）@（アットマーク）】

変更する >

お好きなパスワードを設定してください。
入力後、下の「変更する」をクリックしてパスワードの設定が完了します。

4. パスワード取得後、「からだカルテ」からログインします。

<https://www.karadakarute.jp/city-furano>

あなたのログインID
(10ケタの大小英
数字)を入力

設定したパス
ワードを入力

「ログインする」を
クリック



会員の方 ID パスワード ログインする

▶ 会員IDを忘れた場合はこちら ▶ パスワードを忘れた場合はこちら ログインしたままにする

Furano City 富良野市

ふらの健幸ポイント事業に申込み >

測って貯まる! 歩いて貯まる! 健診受診で貯まる!

先着 600 名様 限定

令和6年度 富らの健幸ポイント事業 新規参加者募集

最高 5,000円分獲得 P

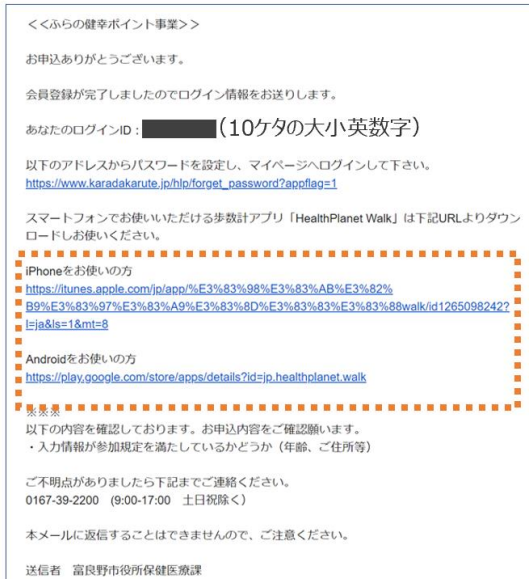
市内小中学校への寄付 または市内共通商品券と交換

《対象》 18歳以上(高校生除く)の富良野市民限定

《申込開始》 令和6年4月16日(月)から

【アプリダウンロードの流れ】

〈参加登録完了後、受信されるメール〉



5. 歩数計アプリ「ヘルスプラネットウォーク」をダウンロード

パスワード設定後、ご利用されているスマートフォンの種類の下にあるアドレスにアクセスし歩数計アプリ「ヘルスプラネットウォーク」をダウンロード



又は、以下の二次元コードからも「ヘルスプラネットウォーク」アプリをダウンロードできます。



ダウンロード後、「あなたのログインID（10ケタの大小英数字）」と先ほど設定したパスワードを「ログインID」と「パスワード」に入力し完了。



6. 健康管理アプリ「からだカルテ」をダウンロード

パソコンやスマートフォンで歩数や測定グラフを確認できます。「からだカルテ」アプリをダウンロードし、ご自身の「ログインID」と「パスワード」を入力してください。

また「からだカルテ」サイト

(<https://www.karadakarute.jp/city-furano>)にアクセスしても閲覧することができます。

以下の二次元コードから「からだカルテ」アプリをダウンロードできます。



【お問い合わせ先】

富良野市役所保健医療課 0167-39-2200 (9:00-17:00 土日祝除く)