

アプリのダウンロードと会員登録



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10月時点）＞

対応OS : iOS 13～18 Android 8.0 以上

[＞ 詳しくはこちら](#)

※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会員登録をお願いします。



はじめにご確認ください

ご自身の参加資格
について

会員登録を行っていただく前に、**ご自身の参加資格**をご確認ください。
会員登録のお手続き（次ページ参照）の際に、
ご自身が該当する「団体コード」の入力が必要となります。

参加資格

↓ 「団体コード」はこちら ↓

・市内に住民登録のある**40歳以上**
の方（参加年度末時点）

nawapo01

* アルファベットの小文字で「nawapo」の後に、
数字で「01」と入力

・市内に住民登録のある**18歳以上**
40歳未満の方（参加年度末時点）

nawapo02

* アルファベットの小文字で「nawapo」の後に、
数字で「02」と入力

・市内に住民登録はないが
市内在勤・在学の18歳以上の方
（参加年度末時点）

1. アプリをダウンロードする

下記リンクから各アプリストアにアクセスし
歩数計アプリ「**HealthPlanet Walk**（ヘルスプラネットウォーク）」
（無料）をダウンロードします。

iPhoneの方は
こちらをタップ！



Androidの方は
こちらをタップ！



HealthPlanet Walk



次ページへつづく

2. 会員登録する

※ ディスプレイ（表示画面）は解説用のイメージとなります。端末やOSのバージョンによって、画面の表示や操作が一部異なる場合があります。

- 1** アプリを開き、ログイン画面の「新規会員登録」をタップ。



- 2** ご自身が該当する「団体コード」を入力、各種規約に「同意する」にチェックをしたら「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。

- 3** お客様情報（基本情報・ご本人情報）を入力し、「次へ進む」をタップ。



- 4** 入力内容を確認し、「内容を確定する」をタップ。



- 5** 以降は、画面に表示される案内に従って、ご回答をお願いします。



- 6** 会員登録が完了したら、「アプリをはじめる」をタップ。



つづいて、画面の案内に従い、アプリの初期設定を行いましょう。



スマホの機種変更後などにアプリにログインする際は、ご登録いただいた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。

3. 歩数目標を入力し設定をする

- 1** 「プロフィール」画面が表示されたら「次へ」をタップ。



- 2** 歩数目標を入力し「次へ」をタップ。

※「1日の歩数目標」を入力すれば、「1週間の歩数目標」は自動的に設定されます（変更も可能）



歩数目標は必ず「1」以上の数字を入力してください。
「0歩」のままでは次に進めません。

- 3** 【身体活動データへのアクセスを「HealthPlanet Walk」に許可しますか？】と表示されたら「許可」をタップします。



次ページへつづく

4. モードを「内蔵歩数計」にする

- 1 「設定」でモードが「内蔵歩数計」になっていることを確認したら、「始める」をタップします。
- 2 初期設定が完了すると**本事業オリジナルデザイン**のホーム画面が起動します

「くっすん」が目印の
オリジナルデザインだよ！



* スマートフォンのOSにより、
初回ログイン時の歩数表示が
異なります。

<iOS (iPhone)>
初回ログインまでの当日の歩数
が最初からカウントされた状態

<Android版>
0歩からカウントが開始

以上で、初期設定は
完了です。



アプリの基本的な操作方法については
マニュアルをご覧ください！

アプリのホーム画面・下部の「コンテンツ」>「マニュアル」をタップして、
【歩数計アプリ「ヘルスプラネットワーク」の使い方ガイド】を閲覧できます。

5. 健康管理アプリ「からだカルテ」をダウンロードする



下記リンクから各アプリストアにアクセスし
健康管理アプリ「からだカルテ」（無料）を
ダウンロードします。

iPhoneの方は
こちらをタップ！



Androidの方は
こちらをタップ！



「からだカルテ」アプリに
ログインする際の「ID」
「パスワード」は「ヘルス
プラネットワーク」の会
員登録時に設定したも
のを使用してください。

使用可能なスマートフォン

対応OS : iOS 14.0以降 Android 7.0以上

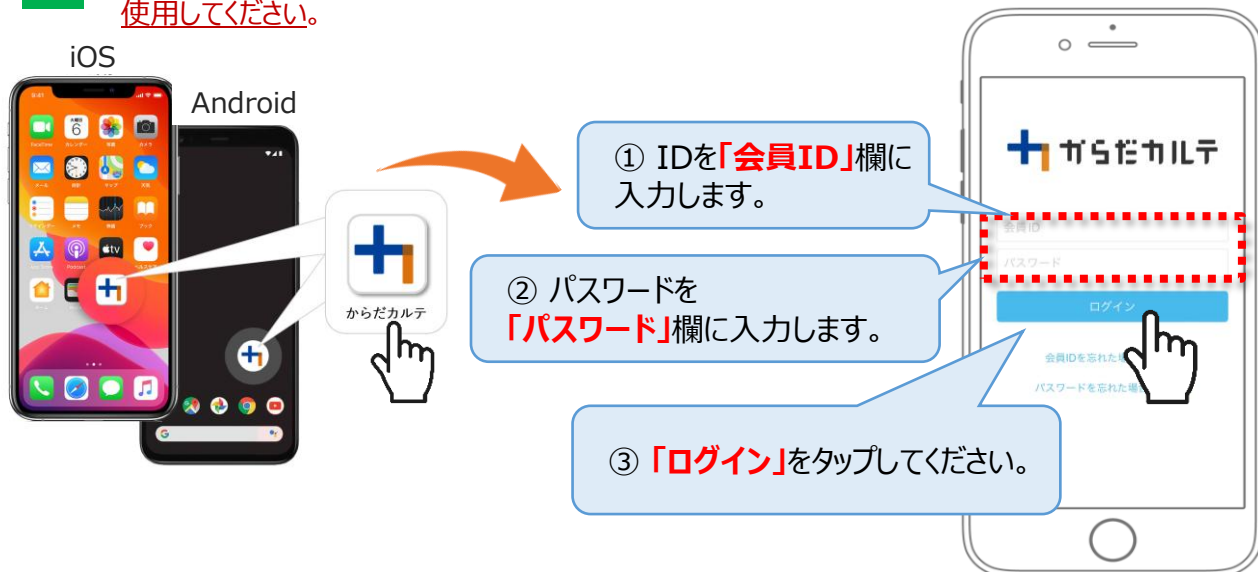
※該当OS以外の動作は保証いたしかねます。

「からだカルテ」は、誰でも簡単に無理なく続けられる健康習慣づくりのためのサービスです。

「からだカルテ」では、指定の方法で送信またはご記入いただいたデータを保存・管理することができ、からだや運動の状態の変化を確認したり、目標管理をすることができます。また、「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配信しています。

6.健康管理アプリ「からだカルテ」にログインする

- 1 「からだカルテ」アプリにログインしてみましょう。
ログインする際の「ID」「パスワード」は「ヘルスプラネットワーク」の会員登録時に設定したものを
使用してください。



- 2 「からだカルテ」ログイン後の画面を確認してみましょう
「からだカルテ」メニュー画面からさまざまなコンテンツを閲覧することができます。画面左上の
≡（メニュー）から、各種コンテンツにアクセスしてみましょう。

