🚶 フコク健康ポイント

フコク健康ポイントサイトマニュアル (利用者向け)



目次

	ポイ ポイ		_	_	_			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	3
	健康 サイ		_		-	-	-	_		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	4
_	ヘッ マイ・	•	-						•		•	•	•			•			•	•		•	•	5
	マイ・																							
	マイ・			•				•																
	記録								•	•	•	•		•										
	ニッ					•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	9
	. 記 鈞 各種			汽		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	10
	サイ 各種	-	-			_	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		11
	保有 イン・														移	•	•	•	•	•	•	•		12
	ベネ アプ		•	. — .	•			-		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	13~16

1.ポイント付与項目

ポイント付与の詳細

ポイント種別	内容	付与ポイント数	付与方法								
ログインポイント	健康ポイントサイト 初回閲覧ボーナスポイント	100/初回	専用アプリでの自動記録								
歩数ポイント	1日10,000歩達成	6/日	専用アプリでの自動記録 or 手入力								
歩数ポイント	1 日8,000歩達成	5/日	専用アプリでの自動記録 or 手入力								
歩数ポイント	1日6,000歩達成	4/日	専用アプリでの自動記録 or 手入力								
体重入力達成	1日体重入力達成	2/日	記録入力								
生活習慣の改善	下記の10項目から3項目までを選択。1日達成毎に1ポイント付与										
運動	エレベーター、エスカレーターを使用せず階段を使 用した		自己申告								
運動	通勤を除き、30分以上意識して運動した		自己申告								
食事	朝食を食べた		自己申告								
食事	朝、昼、晩、腹八分目を意識した		自己申告								
食事	間食をしなかった	2.45	自己申告								
食事	21時以降食事をしなかった	3/日	自己申告								
睡眠	6時間以上睡眠をとった		自己申告								
茶煙	禁煙した、もしくは目標の本数に抑えられた(※)		自己申告								
その他	うがい手洗いをこまめに行った		自己申告								
その他	毎食後に歯磨きをした		自己申告								
健康意識の向上	禁煙外来受診	500/1回	「登録申請書」を健保組合提出※1								
病気予防・早期発見	被扶養者(配偶者等)の特定健診受診	500/年度	健保組合集計データにより付与								
病気予防・早期発見	乳がん検診受診(被保険者本人)	1000/年度	「登録申請書」を健保組合提出※1								
病気予防・早期発見	特定保健指導の初回面談後、最終評価まで終了	500/年度	健保組合集計データにより付与								

※1:申請書を提出することでポイントが付与される対象(禁煙外来受診、乳がん検診受診) 次の書類を健康保険組合まで直接提出してください。

[・]健康ポイント登録申請書(健康ポイントサイト内、情報ネット「文書フォーム集」内、健保組合HP内掲示)

[・]受診の事実が判る書類の写(領収書等)

2.健康ポイントサイト

● ベネアカウントは登録していますか?

ベネアカウント設定済みの方 ⇒下記より「健康ポイントサイト」へ ログインください。



(3)





ベネアカウント設定無しの方

- ⇒別紙、「ベネアカウント登録マニュアル」 を参照ください。
- ① 下記URLにアクセスしてください。 https://bopf.benefitone.inc/auth/user/signin
- ②ベネアカウントに登録した、 ID(メールアドレス)とパスワードでログイン してください。
 - ※別紙、ベネアカウント登録マニュアルをご 参照ください。
- ③ベネワンプラットフォームに入っていただき、 社員メニューにある「健康ポイント」を押していただきます。
- ※ベネワン健康アプリダウンロードもよろしくお願い いたします。

詳しくは、P12を参照ください。



- ④健康ポイントサイトのTOPページに遷移します。
- ⑤ヘッダーメニューから、チャレンジ目標の設定や記録の入力ができます。 P6~8をご参照ください。
- ⑥キャンペーン告知等のバナーが表示されます。
- (7)各種インフォメーションが掲載されます。
- ⑧健康管理に役立つ情報や、ポイントを獲得できる コラムが掲載されます。
- ⑨貯めたポイントを確認、交換できます。 P11をご参照ください。
- ⑩サイドメニューから、チャレンジ目標や記録の確認ができます。 P10をご参照ください。

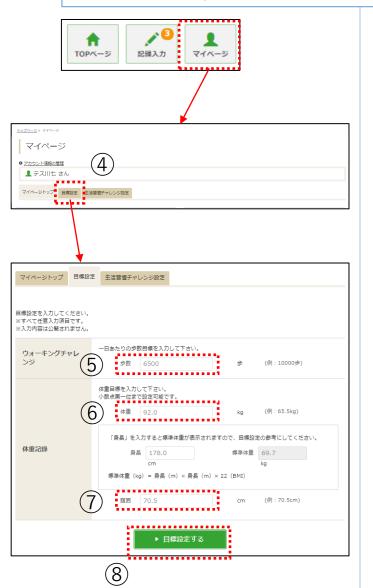
3.ヘッダーメニュー

マイページ (トップ)



- ① マイページボタンを押下すると、マイページトップに遷移します。 マイページトップでは、チャレンジ目標や 記録の確認ができます。
- ② 『記録を見る』ボタンから記録閲覧画面に遷移します。 P9をご参照ください。
- ③『入力する』ボタンから記録入力画面 に遷移します。 P8をご参照ください。

マイページ(目標設定)



④『目標設定』タブを押下すると、 目標設定ページに遷移します。

- ⑤ 目標歩数を入力できます。
- ※あくまで個人の目標設定となり、ポイント付与条件ではありません。

設定した目標は『記録を見る』画面に反映されます。

- ⑥ 目標体重を入力できます。
- ※あくまで個人の目標設定となり、ポイント付与条件ではありません。

設定した目標は『記録を見る』画面に反映されます。

- ⑦ 目標腹囲を入力できます
- ※あくまで個人の目標設定となり、ポイント付与条件ではありません。

設定した目標は『記録を見る』画面に反映されます。

⑧『目標設定する』ボタン押下で設定完了です。

マイページ(生活習慣チャレンジ設定)



現在の選択肢で生活習慣チャレンジ目標が本日より登録されます。

⑨ 『生活習慣チャレンジ設定』タブを押下すると、 生活習慣チャレンジ設定ページに遷移します。

⑩ ご自身で取り組みたい項目を選択してください。 ここで選択した項目に対して、 日々『できた』、『できなかった』を記録していただきます。

※付与ポイント数が1以上の項目は、 『できた』の記録に対してポイントが付与されます。

⑪ 『目標設定する』ボタン押下で設定完了です。

記録入力



- ② 『記録入力』ボタンを押下すると、 記録入力画面へ遷移します。
- (3) 記録したい日付を指定します。
- ※2週間分のみ遡って記録可能です。
- (4) 当日の歩数を入力できます。
- ※アプリで歩数を自動連携している場合も含め、 常に後に入力したものが保管されます。
- ※スマホアプリから遷移してきた場合は、修正できません。
- ⑤ ご自身で設定した生活習慣チャレンジの項目に対して『できた』、『できなかった』の記録を入力できます。
- 16 体重、腹囲を入力できます。
- ①『すべて登録』ボタンで⑭⑮⑩の記録を一括 登録できます。
- ⑱ 『登録』ボタンで⑭⑮⑯それぞれの記録を個別登録できます。

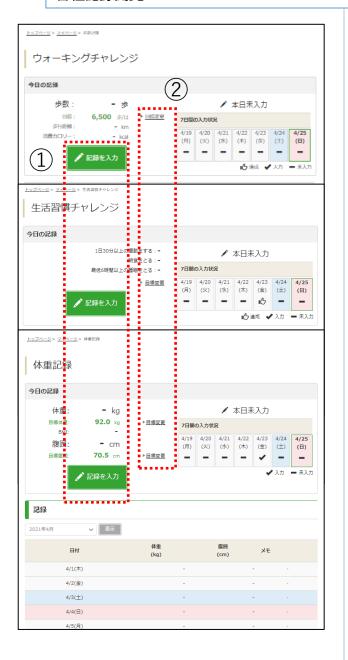
ニックネームの設定



- ①「ランキング」をクリックいただきます。
- ②現在の登録名が記載されておりますので、 ニックネームの編集をおこなっていただき、 登録をクリックいただきます。
 - ※ニックネームは通常時のランキングのみに活用されます。ロナーナングイベントには活用されないため
 - ウォーキングイベントには活用されないため、お気を付けください。

4.記録閲覧

各種記録閲覧



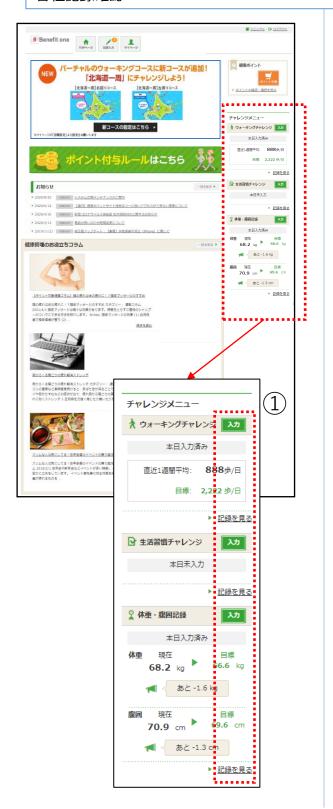
記録閲覧画面では、各種記録が閲覧できます。

- ① 『記録を入力』ボタンから記録入力画面へ遷移できます。
- ②『目標変更』リンクから目標設定画面へ 遷移できます。

記録入力はP5、目標設定はP6~7をご参照ください。

5.サイドメニュー

各種記録確認



サイドメニューでは、各種チャレンジの目標 や記録を確認できます。

①『入力』ボタン押下で各種記録入力 画面、『記録を見る』リンク押下で各種記 録閲覧画面に遷移します。

記録入力はP8、記録閲覧はP9をご参照ください。

6.保有ポイント確認と商品交換

インセンティブポイントサイトへの遷移



① 『ポイント交換』ボタン、もしくは『ポイントの確認・履歴を見る』リンク押下でベネフィット・ワン インセンティブポイントサイトに遷移します。

② 遷移先のサイトで保有ポイントの確認、商品交換ができます。

7.ベネワン健康アプリ

アプリのインストール



ベネワン健康アプリ





『ベネワン健康アプリ』では、

- ・Google Fit(AndroidOS)、ヘルスケア (iOS)と連携して、日々の歩数を自動記録
- ・チャレンジ状況をグラフで確認
- ・血圧や睡眠時間も合わせて記録など、様々な機能を無料で利用できます。
- ① iPhoneをご利用の方はApp Store、 Androidをご利用の方はGoogle Playで、 『ベネワン健康アプリ』と検索します。 もしくは下記ORコードを読み取ります。
- ② インストールを実行し、 ご使用中のベネアカウントでログインしてください。









アプリログイン後に、スマホで記録した「歩数」を、健康ポイントサイトへ反映させる設定 を 行います。

iPhone - 利用設定

「ベネワン健康アプリ」にログインすると、 アクセス確認のメッセ ージが表示されます。 「OK」ボタンをタップ してください 「データのアクセス」 」画面に遷移します。 「歩数」を「オン」にして、右上の「許可」を タップしてください 以上で、設定は 完了です。 アプリの画面に 戻りますのでご利 用ください。







<iPhone- 推奨環境> iOS 13以降

※端末や OS・アプリのバージョンによって、画面が異なる場合があります

【重要】

アプリのダウンロードだけでは、歩数の情報は連動されません。 定期的にアプリを起動させて(立ち上げて)同期をすることで歩数情報が連動されポイントが付与されます。 2週間を超えると付与がされませんので、1週間~10日を目安にアプリを起動させて歩数情報を読み込んでいただくようにお願いします。

<Android-推奨環境> Android 9以降

Android - Google Fit がインストールされていない場合

(1) 「ベネワン健康アプリ」を起動 すると、Google Fit のインス トールを促すメッセージが表 示されます。「OK」ボタン をタップしてください。

Android Market の Google Fit のダウンロード ページへ遷移します。 「インストール」 ボタン、 「同意する」 ボタンを押してイン ストールを行ってください。







Android - Google Fit がインストールされていない場合

(**を**) インストールが終わったら、 「開く」をタップしてください。

「Google Play 開発者 サービスの更新」を促す メッセージが表示されたら、 「更新」ボタンをタップ。

更新ページに遷移しますので 「更新」ボタンをタップして 更新を行ってください。







<Android-推奨環境> Android 9以降



「Google Fit」 アプリを 起動します。

「OK」「次へ」ボタンをタップ して進み、「ロケーション履歴 を有効にしますか?」画面で 「OK」をタップしてください。 「位置情報の精度を改善しま すか?」画面で「はい」を夕 ップ。







Android - Google Fit の設定②

以上で、設定は完了です。

改めて「ベネワン健康ポイント アプリ」を起動してください。

アプリで利用するアカウン トを選択してください。







<Android-推奨環境> Android 9以降

Android - Google Fit の設定③

アプリによるリクエストを 「許可」 してください。 以上で、設定は完了です。 アプリの画面に戻ります の でご利用ください。





【重要】

アプリのダウンロードだけでは、歩数の情報は連動されません。定期的にアプリを起動させて(立ち上げて)同期をすることで歩数情報が連動されポイントが付与されます。
2週間を超えると付与がされませんので、1週間を10日を目安にアプリを起動させて歩数情報を

読み込んでいただくよう

にお願いします。

Android - Google Fit の設定にあたってのご注意

Google Fit と「ベネワン健康アプリ」で登録した Google アカウントが一致しないと、「ベネワン健康アプリ」で歩数がカウントされません。 間違って設定してしまった場合はアプリを削除・再インストールして、再度設定を行ってください。

Android 端末に登録されている Google アカウントが1つしかない場合



Google Fit ではアカウント選択がありません。 「ベネワン健康アプリ」利用開始時には 表示された Google アカウントを選択してください。 「アカウントを追加」は選択しないでください。

Android 端末に登録されている Google アカウントが複数ある場合



Google FitでGoogleアカウントの選択を促されます。「ベネワン健康アプリ」利用開始時にはGoogle Fitで選択したGoogleアカウントを選択してください。「アカウントを追加」は選択しないでください。

問い合わせについて

ご不明な点等ございましたら、下記にお問い合わせのほど宜しくお願い致します。



0800-919-7015 (平日 10:00~18:00)



point.happylth-info@bohc.co.jp