

# 公立学校共済組合京都支部 健康ポイントサイトマニュアル(利用者向け)

## 目次

## 1.健康ポイントサイト

•	サイ	、トヘ	の	アク	セ	ス	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	3
2	<b>ヘ</b> ママイママロ	<b>ッダ</b> 、ペー 、ペー 、ペー	- ジジジ - ジジジ	<b>メ</b> (ト (目 (生	」 ッ 標 活	コプ設習・	一定賞・	・ ) チ・	・ ・ ヤ・	・ ・ レ	・ ・ ン	・・ジ・	· · 設	・ ・ 定	)								•	4 5 6 7
3	<b>.記録</b> 各種	<b>录閲</b> 記錄	<b>覧</b>  閲	<u></u> 見・	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	8
4	<b>.サ・</b> 各種	<b>イド</b> 記録	メ 確	<b>二</b> : 認・	ı -	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	9
5	<b>.自て</b> ポイ	<b>3申</b> ビント	告申	<b>メニ</b> 請・	= =	ı -		(伋 ·	<b>圭</b> 加 ・	隶 ·	訂	]事 ·	<b>∓)</b>	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	10
6	<b>.保</b> イ イン	<b>有ポ</b> /セン	<b>イ</b> /テ	<b>ン</b>   ィブ	<b>ト</b> 石 ゛ポ	<b>在言</b> イン	忍ン	と ト	<b>萨</b> サ	<b>១៩</b> イ		交 へ	掴の	<b>と</b> 遷	移	•	•	•	•	•	•	•	•	11
<b>7</b>	. <b>べ</b> : アフ	<b>ネワ</b> パリク	ン つイ	<b>健</b> 周 ンス	<b>表</b> フ	רק 	プル	リ	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	12
8	<b>.外音</b> 外部 外部	<b>部サ</b> <sup>弱</sup> サィ <sup>3</sup> サィ	· <b>イ</b> (ト) (ト)	<b>ト</b> 〕 連携 連携	<b>重打</b> 設。 解	<b>隽</b> 定除	(	ソ ・ ・	- - -	- ;	>	ヤ ・ ・	ル ・ ・	/ C	ן י י	グ ・ ・	1 ·	ン ・ ・	•)	•	•	•	•	13~14 15

### 1.健康ポイントサイト

サイトへのアクセス

(6)Benefit one
ログイン
ログインの新品のドスワード電入力してくだきい。
000
25x4/15xm8445m Copyler 8205 Newt Drivers, Al spin served



#### ① 下記URLにアクセスしてください。 https://hlpt.benefit-one.inc/

ベネアカウントに登録した、 ID(メールアドレス又は電話番号)とパ スワードでログインしてください。

※ID、パスワードがご不明の場合は 『ログインID・パスワードがご不明な方』を クリックしてください。

※利用者データの取込は公立学校共済 組合京都支部となります。取込状況は京 都支部へ問い合わせをお願いいたします。

 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。
 P6~9をご参照ください。

③ キャンペーン告知等のバナーが表示さ れます。

④ 各種インフォメーションが掲載されます。

⑤ 自己申告でポイントを獲得できるメ ニューや、健康管理に役立つ情報が掲載 されます。 P12をご参照ください。

⑥ 貯めたポイントを確認、交換できます。P13をご参照ください。

⑦ 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。 P11をご参照ください。





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。



#### 記録入力

TOPベージ 記録み:	<b>3</b> tr T T T T T T T T T T T T T T T T T T T		
<u>トップページ</u> > 20得入力	(12)		
│ チャレンジメニューの記録	(13)		(17)
登録日         3日前         2日前         1日前           日付指定:         2021/4/23	今日	~	すべて登録
★ ウォーキングチャレンジ 14	) - km	消費カロリー	記録を見る ►
#新記録 /,511 歩/日 メモ			(18 • *
<ul> <li>● 生活習慣チャレンジ</li> <li>① 生活習慣チャレンジ</li> </ul>			記録を見る ▶
チャレンジ目標	付与ポイント数		
1日30分以上の運動をする	1p/日	● できた (	) できなかった
帕耳≪とこる 最低6時間以上の睡眠をとる	1p/日 1p/日	<ul><li>● できた</li><li>○ できた</li></ul>	) できなかった ) できなかった
×ŧ			✔ 登録
日標末設定の方は、「 <u>生活量量チャレンジ設定</u> 」で目標 設定した目標に対して、日々の記録(できた/できなかっ 【注意】メモ機への目標設定/記録量録はポイント付与が	設定をしてください。 った)を登録してください。 <mark>対象とはなりません。</mark>		
<sup>2</sup> 体重記録 (16)			記録を見る 🕨
く 体重 kg 腹囲 ( 長町記録 92.0 kg	cm - cm		
XE			✔ 登録
			i

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。

(1)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⑭⑮⑮の記録 を一括登録できます。

18 『登録』ボタンで倒じしいそれぞれの記録を個別登録できます。

### 3.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P9、目標設定はP7~8を ご参照ください。

## 4 .サイドメニュー

各種記録確認

■ 7 <u>2-27</u> 2 ② <u>0</u> 27 <u>7</u> 2 ②立学校共務局会策等支援 報酬ポイント (根素づくりサポート事業) ③	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。
期間限定 ・ 当つたの語・語名を見る ・ 当つたの語・語名を見る をおしたの語・語名を見る をおしたの語・語名を見る をおしたの語・語名を見る ・ 当つたの語・語名を見る	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。
はこちら ネロネンガチャレンジ M 高に1歳時中に、の先行 日本、 を定 ままえか ・ を定 の先行 日本、 のたま ・ を のたま ・ の 大 の 、 の ち の 、 の 大 の 、 の 大 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の の の の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の の 、 の の の 、 の の の 、 の の の の の 、 の 、 の の の 、 の の の の の の の の の の の の の	記録入力はP9、記録閲覧はP10を ご参照ください。
■業実施要項 ポイント付与基準 はこちら お知らせ お知らせ 本語味入力 ・ 2歳58.5 2 単重・離田62 3 3 3 3 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	
本日本入力 → 2024-05-10 #2651を New# 温度ゴくりサポート事業の開始について	
- ig 憲総正 • #1 あと- ig	
ポイント申請(自己申告メニュー)及び健康管理のお役立ちコラム -米×83 ・ 単目 現在 原本 - cm - 主従王 主従王	
マギロ。     ・     戦場の定規健原診断     ・     大間ドック     ・     ・     ・     ・     ・     ・     ・     は物ったは他から、人間ドック     ・     ・     ・     ・     ・     ・     ・     はかったはから気がした場合、自己単価によ     ・	
を発展した 【100月13] チャレンジメニュー	
・15000         ・1509付与           を要想した         509付与	
直近1週間平均: <b>88</b> 8歩/日	
目標: 2,222 歩/日	
····································	
<ul> <li>         ・          ・         ・         ・         ・         ・          ・         ・          ・          ・          ・          ・          ・           ・           ・             ・                           ・</li></ul>	
本日末入力	
▶ <u>記録を見る</u>	
♀ 休重・腹囲記録 スカ	
本日入力済み	
体重 現在 目標 68.2 kg ▶ 56.6 kg	
1.6 kg 1.6 kg	
「「「「」」 「「」」 「」」 「」」 「」」 「」」 「」」 「」」 「」」	
70.9 cm \$ 49.6 cm	
▲ あと -1.3 cm 注録を見る	

## 5.自己申告メニュー(健康記事)

記事閲覧

	T-174 G+ DØT3+
期間限定	健康ポイント ポイントマス教 ポイントの設施・通知な見る
はこちら	チャレンジメニュー ★ ウオーキングチャレンジ メカ 本日未入力 直近1週間平特: 0歩/日 画紙: 表拉芝
	<ul> <li>         ・          ・         ・</li></ul>
お知らせ -#4003 *	2 #重·庫田報級 入力
▶ 2024-06-10 ##6# Newt <u>健康づくりせた 「悪悪の単語について</u> ポイント由時(白己由告メニュー)及び健康管理の北次介ちつうん -#8×80 M	本日未入力 件重 現在 日本 - kg 法設定 - Mg あと - kg
今年度.         第単位の定明地理語が可 、人間ドック         第本公正規構整性、人間ドック・必正規整査支援 合実、にはのご用人動から、人間ドック・必正規整査支援 のパイントを付与します。	▲用 税在 - cm 予 査道王 ▲ ● あと・cm → 記録先売五
<u> トップページ&gt; ボイント専員自己専業メニュー)が2019年夏夏の小校の5355</u> > ボイント専員自己専業メニュー)が 職場の定期健康診断・人間ドック・特定健康診査を受 今年度、戦場の定期健康診断・人間ドック・検定維険を受けた場合、自己申告によりポイントを付与し 付与でで100P 2100P ※ボタン所でし申問した分のポイントが与は毎日となります	AGEEI©ANA(AGUSJ5∆AAN) ≣⊡D हेउँ,

① 自己申告メニューや閲覧したい記事を クリックすると全文が表示されます。

② 『ポイントGet!』というボタンが表示されている項目は、条件を達成していれば ボタン押下でポイントを獲得できます。

## 7.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

○ 公立学校共済組合 健康ポイン (健康づくりサポー	京都支部 下 下 中 事業) 文	20 21/2-3	¢ ₩Z×=z−	1	<u>■ 71170</u> 4 G	* <u>DØT7</u> +
期●	<b>間限定</b> ● ● キャ	ンペ- はこ	-ン :ちら			2 <b>35</b>
					B.	
				/	D. advanced 3.00	207226
事業実施調	要項 🧖				₩ ±28萬頃ナヤレフシ	2.56
	はこちら				本日東入力	
					Þ	記録を見る
お知らせ				──與々見る ▶	♀ 体置・庫田協設	3.2
					本日未入力	
▶ 2024-06-10	🚏 Incentive Point Program		Operation	全て × キーワードで探す	्र 🖁 🐔	14
	商品カテゴリー >			♥ お気に入り	■ 25.82 ② ヘルブ	设定
	ポイント情報 アイント情報	仲間にポイントを送	55!			
ポイント申請 今年度、 ・ <b>職場の</b> 定	総ポイント数 の  の  point	白 ポイントを贈る	4211981	◎ 最新のやり取り	Aye-1988	1年 後主
<ul> <li>人間ドッ</li> <li>特定健康</li> <li>を受診した</li> </ul>		1				<u>특초류조</u>
被扶養者 ·特定個別	¥ 3>4>0	ポイントを商品と交! おすすめの商品	換しよう!			
・人間トッ・	i) Between -	RECOMMENDED	-	_	-	
を受診した	Cothes	\$100		Gift Tourism Samo	CIO.	
	🔒 Sports 🗠	uchash.		Col Tanda		
	G Home Appliances			1200		
	0.5x9-R-2088	Exclusive 180 Painta Worth	Rome Siztler Date Cartain	Exclusive 200 Points, Words.	Solid Net Roard Reck Hultsume T-Dart	
	1745 ALE 174	1,000,	1,500,	2,000,	2,200,	

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。 ベネワン健康アプリ

#### アプリのインストール



Q



#### 『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。

 iPhoneをご利用の方は<u>App Store</u>、 Androidをご利用の方は<u>Google Play</u> で、『ベネワン健康アプリ』と検索します。 もしくは下記QRコードを読み取ります。

 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。



## 10.外部サイト連携(ソーシャルログイン)

外部サイト連携設定	
	お持ちのYahoo! JAPAN ID、もしくは Googleアカウントを利用して、健康ポイン トサイトを始めとしたベネフィット・ワン各 サービスへログインすることが可能です。
トップページ> マイページ マイページ	① ヘッダーメニューからマイページへ遷移し、 『アカウント情報の管理』リンクを押下してく ださい。
マコハーントップ 目標設定 生活管頂チャレンジ設定	



②『アカウント管理ポータル』へ遷移します。 右上にご自身のログインIDが表示されて いることをご確認の上、『外部サイト連携 設定』の『編集』ボタンを押下してください。



③ ログインに使用したいアカウントの外部 サイトを選択し、『連携設定』ボタンを押 下してください。





	Benefit one	
(5)	外部サイト連携設定 ✓ 連携設定が正常に完了しました。	
	当映画では以下の外部サイトと連携設定を行うことで簡単にログインを行うことができます。	
	YAHOO! AND AND	
	Google SERA SERAN	

		ログイン	
インロ	およびパスワードを入力してください。		
	D7420		他のサイトロでログイン
	※メールアドレスID/携帯電話番号ID	$\overline{6}$	※他サイトIDでのログインは、ログインをしてマイ ページから紐づけ登録が必要になります。
	バスワード		Yahool JAPAN IDでログイン
	※大文字・小文字を正しくご入力ください	_	G Sign in with Google
	次回からIDの入力を省略		
	ログイン		
	ログインID・パスワードがご不明な方 🖸		

④
 ~ Yahoo!アカウントの場合~
 Yahoo! JAPANログインページに遷移します。
 お持ちのアカウントでログインしてください。

~ Googleアカウントの場合~ Googleログインページに遷移します。 お持ちのアカウントでログインしてください。

⑤ 自動で『外部サイト連携設定』に戻り ます。 画面に『連携設定が正常に完了しまし た。』と表示されていれば、設定完了です。

⑥ ログイン画面の『Yahoo! JAPAN ID でログイン』ボタン、もしくは『Sign in with Google』ボタンから、ソーシャルログインを ご利用ください。

※引き続き、ベネアカウントを使用したログ インも可能です。

#### 外部サイト連携解除



 ヘッダーメニューからマイページへ遷移し、 『アカウント情報の管理』リンクを押下してく ださい。



②『アカウント管理ポータル』へ遷移します。 右上にご自身のログインIDが表示されて いることをご確認の上、『外部サイト連携 設定』の『編集』ボタンを押下してください。

ß]Benefit one	ロダイン10:
外部サイト連携設定	
当義面では以下の外部サイトと連携設定を行うことで簡単にログインを行うことができます。	
YAHOO/ HER I	(3)
Google wert ME	



③『外部サイト連携設定』に遷移し、ロ グイン設定を解除したい外部サイトの『連 携解除』ボタンを押下してください。

④ 画面に『連携解除が正常に完了しました。』と表示されれば、設定解除完了です。

※連携解除後はベネアカウントでのみログ イン可能となりますので、ご注意ください。