

2. 健康ポイントサイト

サイトへのアクセス



① 下記URLにアクセスしてください。
<https://bopf.benefit-one.inc/auth/user/signin>
 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。

※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。

② ベネワンプラットフォームのログインしたら個人メニューにある、健康ポイントボタンをクリックしてください。



③ 健康ポイントサイトのTOPページに遷移します。

④ 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。

⑤ キャンペーン告知等のバナーが表示されます。

⑥ 各種インフォメーションが掲載されます。

⑦ 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。P12をご参照ください。

⑧ 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。

⑨ 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。

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。
P10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。
P9をご参照ください。

マイページ（目標設定）



マイページトップ 目標設定 生活習慣チャレンジ設定

目標設定を入力してください。
※すべて任意入力項目です。
※入力内容は公開されません。

ウォーキングチャレンジ
一日あたりの歩数目標を入力して下さい。
⑤ 歩数 6500 歩 (例：10000歩)

体重目標を入力して下さい。
小数点第一位まで設定可能です。
⑥ 体重 92.0 kg (例：65.5kg)

体重記録
「身長」を入力すると標準体重が表示されますので、目標設定の参考にしてください。
身長 178.0 cm 標準体重 69.7 kg
標準体重 (kg) = 身長 (m) × 身長 (m) × 22 (BMI)

⑦ 腹囲 70.5 cm (例：70.5cm)

▶ 目標設定する

⑧

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。

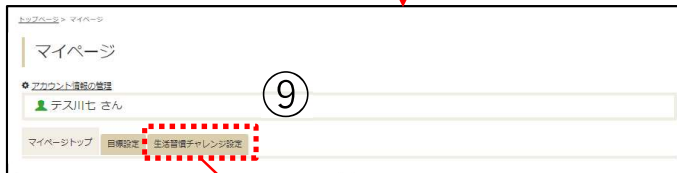
⑦ 目標腹囲を入力できます

※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）



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



⑫

⑫ 『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。

⑬ 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。

⑭ 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。

⑮ 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。

⑰ 『すべて登録』ボタンで⑭⑮⑯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。

※当健保の歩数の付与基準は下記となっております。

6000歩/日 2P
10000歩/日 4P
※1日最大獲得4P/日

4. 記録閲覧

各種記録閲覧

ウォーキングチャレンジ

今日の記録

歩数: - 歩
目標: 6,500 歩/日
歩行距離: - km
消費カロリー: - kcal

記録を入力

本日未入力

7日間の入力状況

4/19 (月)	4/20 (火)	4/21 (水)	4/22 (木)	4/23 (金)	4/24 (土)	4/25 (日)
-	-	-	-	-	-	-

① 記録を入力

② 目標変更

生活習慣チャレンジ

今日の記録

1日30分以上の運動をする:-
朝食をとる:-
最低6時間以上の睡眠をとる:-

記録を入力

本日未入力

7日間の入力状況

4/19 (月)	4/20 (火)	4/21 (水)	4/22 (木)	4/23 (金)	4/24 (土)	4/25 (日)
-	-	-	-	!	-	-

体重記録

今日の記録

体重: - kg
目標体重: 92.0 kg
身長: - cm
目標身長: 70.5 cm

記録を入力

本日未入力

7日間の入力状況

4/19 (月)	4/20 (火)	4/21 (水)	4/22 (木)	4/23 (金)	4/24 (土)	4/25 (日)
-	-	-	-	✓	-	-

記録

2021年4月

日付	体重 (kg)	腹囲 (cm)	メモ
4/1(木)	-	-	-
4/2(金)	-	-	-
4/3(土)	-	-	-
4/4(日)	-	-	-
4/5(月)	-	-	-

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。

5. サイドメニュー

各種記録確認

The screenshot shows the 'Benefit one' website interface. The main content area includes a banner for 'バーチャルのウォーキングコースに新コースが追加!' (New virtual walking courses added!), a 'ポイント付与ルールはこちら' (Click here for point award rules) link, and a 'お知らせ' (Notice) section. A '健康管理のお立ちコラム' (Health management column) is also visible. On the right side, there is a 'チャレンジメニュー' (Challenge menu) section. A red dashed box highlights this menu, and a red arrow points to a magnified view of it. In the magnified view, the 'ウォーキングチャレンジ' (Walking Challenge) item is circled with a red dashed line and a circled '1'.

チャレンジメニュー

- ウォーキングチャレンジ **入力**
- 本日入力済み
- 直近1週間平均: **888**歩/日
- 目標: **2,222**歩/日
- 記録を見る
- 生活習慣チャレンジ **入力**
- 本日未入力
- 記録を見る
- 体重・腹囲記録 **入力**
- 本日入力済み
- 体重 現在 **68.2** kg 目標 **66.6** kg
- あと **-1.6** kg
- 腹囲 現在 **70.9** cm 目標 **69.6** cm
- あと **-1.3** cm
- 記録を見る

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P9、記録閲覧はP10をご参照ください。

6. 健康記事（自己申告ボタン）

記事閲覧

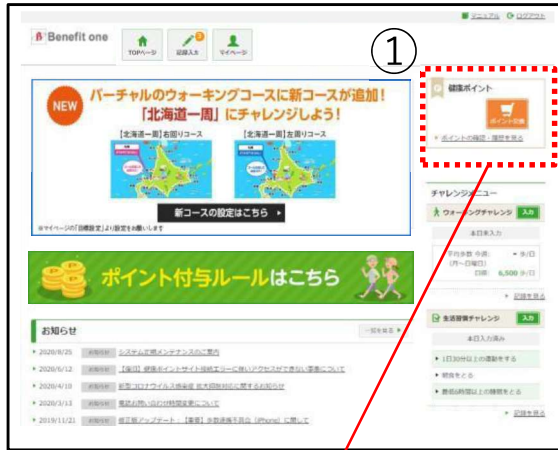
The screenshot shows the Benefit one website interface. On the left, there's a navigation menu with 'TOPページ', 'ご登録の方', and 'マイページ'. The main content area features a banner for 'バーチャルのウォーキングコース' and a 'ポイント付与ルール' section. Below that is an 'お知らせ' (Notice) section. The article '頭の編りは体の疲れに！？頭皮マッサージのすすめ' is highlighted with a red dashed box labeled '1'. A red arrow points from this box to a larger view of the article. In the larger view, the article content is visible, including a list of benefits and a diagram of head massage techniques. At the bottom of the article, a red dashed box labeled '2' highlights the 'ポイントGet!' button.

① 閲覧したい記事をクリックすると全文が表示されます。

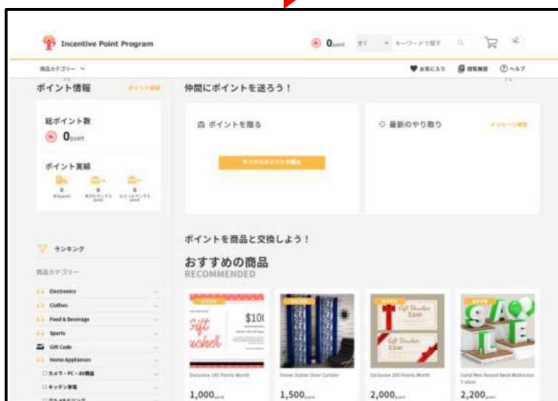
② 『ポイントGet!』というボタンが表示されている記事は、ボタン押下でポイントを獲得できます。

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



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。

8. 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



※従来のハピルス健康ポイントアプリはリニューアルに伴い使用できません。

本アプリについてはマニュアル3-4Pに記載の初回認証(ベネアカウント発行)後使用可能となります。

『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。
- 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。
- ③ プッシュ通知機能をオンにすることでキャンペーン等のお知らせ確認することが可能
- ④ 歩数の自動連携や、体重の入力等も可能アプリからWEBサイトをログイン状態で遷移可能なため、商品交換も可能。



iPhoneの方はこちら



Androidの方はこちら



アプリについて



- ①メニューボタン
- ②カレンダーボタン
- ③歩数情報
- ④お知らせ
- ⑤体重等の手入力ボタン

アプリについて



①メニューボタン

アプリ総合メニューになります。
【健康ポイントTOP】ボタンを押すと
WEBページ（スマホ版）に遷移可能

自己申告ポイントの獲得や、
獲得ポイントの確認、商品の確認は
WEBページ（スマホ版）でも可能です。

アプリについて



②カレンダーボタン

カレンダーで14日まで遡って記録の入力が可能

※歩数記録を手入力で行いたい場合は、アプリ設定の歩数連携をOFFにしてください。(p18参照)

アプリについて



③歩数情報

・Google Fit(AndroidOS)、ヘルスケア(iOS)と連携して、日々の歩数を自動記録
過去14日分までデータ連携が可能

※アプリを起動することで14日分のデータ連携がされます。したがって、アプリを15日以上起動しなかった場合、15日以前のデータは反映されませんのでご承知ください。

※アプリ設定の歩数連携をONになっていないと自動連携がされませんのでご注意ください。



アプリについて



④お知らせ

サイトのメンテナンス情報だけでなく、ご担当者様からのお知らせが出ます。

※プッシュ通知を許可するとスマホ上に通知も出ます。

⑤体重等の手入力ボタン

歩数（自動連携していない場合に限る）

体重

血圧

睡眠

記録の入力が可能

設定ではご自身の目標等の設定が可能です。