

アプリをダウンロードしたあとは…

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>
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>
0歩からカウントが開始



マニュアル

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、
【歩数系アプリ「ヘルスネットワーク」の使い方ガイド】を閲覧できます。

② 次に、AppStoreまたはGooglePlayから 健康管理アプリ「からだカルテ」をダウンロード！

「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作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。



注意 「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。

四條畷市独自コンテンツ情報（詳細はアプリからお知らせします）

なわけくマップスタンプラリー

「なわけくマップ」の3つのコースを巡って、
まち歩きを楽しみましょう。

アプリの位置情報を使って、目的地に到着したら
「チェックイン」！スタンプを集めてコンプリート
を目指す、簡単＆楽しいデジタルスタンプラリー
です。歴史と自然が息づく四條畷のまちを、ゲー
ム感覚で楽しく巡りましょう。



歩いて、測って、参加して！

毎日楽しく健康づくり

参加者
募集 !!

お申し込みは
こちら▶



参加費
無料

四條畷市健康プログラム事業



歩数・測定
データ等の
管理



ゲームや
健康情報を
楽しむ



事業開始

令和7年11月1日 から

対象者

市内在住・在勤・在学で18歳以上（参加年度末時点）の方

事業内容

対象者

市内に住民登録のある40歳以上の方

市内に住民登録のある18歳以上40歳未満の方

市内に住民登録はないが市内在勤・在学の18歳以上の方

アプリ利用

ポイント獲得

特典（抽選）

お問い合わせ

健康プログラム事業事務局  0120-771-015

株式会社タニタヘルスリンク内（平日午前9時～午後6時 ※土・日・祝日・年末年始を除く）

