



BIWATEKU アプリ

～ 遊び方 ～

目次

プロフィールを登録する.....	3
日々の目標を設定する.....	4
モバイルスタンプラリーの参加方法.....	5
バーチャルラリーの参加方法.....	6
健診を受けてポイントをためる.....	7
身体情報を登録してポイントをためる（登録フォームの場合）.....	8
身体情報を登録してポイントをためる（オムロンコネクトの場合）.....	9
健康イベントに参加してポイントをためる（電子スタンプの場合）.....	10
健康イベントに参加してポイントをためる（QRコードの場合）.....	11
抽選への応募方法.....	12

プロフィールを登録する

- ① アプリインストール時にプロフィールの設定があります。お住まいの地域や保険の種類を変更されたい方、またインストール時の設定をスキップされた方はこちらから設定することができます。右上の「使い方」をタップしてください。
- ② 「プロフィール設定」をタップしてください。
- ③ 必要事項を入力し、「入力内容確認」をタップして登録又は変更をしてください。



保険種別について

国民健康保険	自営業やフリーター、そのご家族などが加入されている保険
全国健康保険協会滋賀支部 (協会けんぽ)	滋賀県内の一般的な会社・企業にお勤めの方、そのご家族が加入されている保険
その他の全国健康保険協会	一般的な会社・企業にお勤めの方、そのご家族が加入されている保険
健康保険組合	大手企業やそのグループ企業にお勤めの方が加入している保険 <ul style="list-style-type: none"> ・東レ健康保険組合 ・滋賀銀行健康保険組合 ・綾羽健康保険組合 ・日本電子硝子健康保険組合 ・滋賀県自動車健康保険組合 ・平和堂健康保険組合 ・滋賀県農協健康保険組合 ・富士車輛健康保険組合 ・フジテック健康保険組合 ・その他健康保険組合 (上記健康保険組合以外に加入されている方)
滋賀県市町村職員共済組合	滋賀県内の公務員の方が加入されている保険
その他の共済組合	公務員の方が加入されている保険
滋賀県後期高齢者医療広域連合	滋賀県内にお住いの75歳以上のすべての方と65歳以上で一定の障がいがある方を対象とした保険
その他後期高齢者医療広域連合	滋賀県外にお住いの75歳以上のすべての方と65歳以上で一定の障がいがある方を対象とした保険
その他	上記以外の方

日々の目標を設定する

- ① デイリーチャレンジ（日々の目標）を設定し達成すると、1日1ポイント獲得できます。さらに、7日連続で目標を達成するとボーナスで10ポイント獲得できます。「HOME」の「設定」をタップしてください。
- ② 目標は全部で3つ選択できます。「目標を設定する」をタップして決定してください。ご自身で自由に目標を決定することもできます。また、目標はいつでも変更できます。
- ③ 日々の目標を達成したら、「本日の目標達成！」をタップしてください。
- ④ 1日1ポイント、獲得できます。



モバイルスタンプラリーの参加方法

- ① 各市町のオススメコースを選んでスポットをまわっていきましょう。スポットに近づいて、チェックインするとスタンプとポイントを獲得できます。「スタンプラリー」をタップしてください。
- ② マップ上に現在地とスタンプラリースポットのマーカーが表示されます。スポットに近づいてマーカーをタップし、続けて「詳細」をタップしてください。
- ③ 地点のコースと詳細が表示されます。スポットにチェックインしてスタンプとポイントを獲得するには、まずスタンプラリーのコースへ参加する必要があります。コースに参加する場合は「参加する」をタップしてください。
- ④ コースへ参加するとそのコースの地点でチェックインできるようになります。スポットに近づいて「CHECKIN」をタップしてください。
- ⑤ スタンプとポイントを獲得できます。獲得できるポイントは、マーカーのキャラクターによって異なります。また、チェックイン済みのスポットのマーカーは枠の色が赤に変わります。
- ⑥ スタンプラリーのコースや地点は、「コース」ボタンからも確認することができます。スタンプラリーをひらき、「コース」ボタンをタップしてください。
- ⑦ メニューが表示されます。「コース一覧」は全ての市町のコースが確認できます。また「参加中のコース」は、現在参加中のコースのみを確認することができます。



バーチャルラリーの参加方法

バーチャルウォーキングラリーのコースはスマートフォンを持って歩くとスタンプとポイントを獲得できます。コースを達成すると表彰状画像をダウンロードできます。コースを全て達成すると2周目に参加可能です。

- ① 「バーチャルラリー」をタップしてください。
- ② 参加したいコースを選択してください。
- ③ 事前にヘルスコネクトアプリへのアクセスを許可してください。スマートフォンを持って歩くと、歩数からスタンプとポイントを獲得できます。コースによっては、達成時にボーナスポイントを獲得できる場合があります。
- ④ コースを達成すると表彰状画像がダウンロードできます。表彰状に表示したいお名前を入力し、「表彰状ダウンロード」をタップしてください。表示された表彰状の画面を長押ししてダウンロードしてください。



健診を受けてポイントをためる

- ① まずは、特定健診や、がん検診を受診しましょう。
- ② 「健康手帳」をタップし、「受診情報を登録する」をタップしてください。
- ③ 登録画面が表示されるので、各種健診の受診日と受診した施設名を入力して、「登録する」をタップしてください。
- ④ 特定健診は 100pt、がん検診は 1 種類につき 100pt（上限 200pt）獲得できます。



①



②



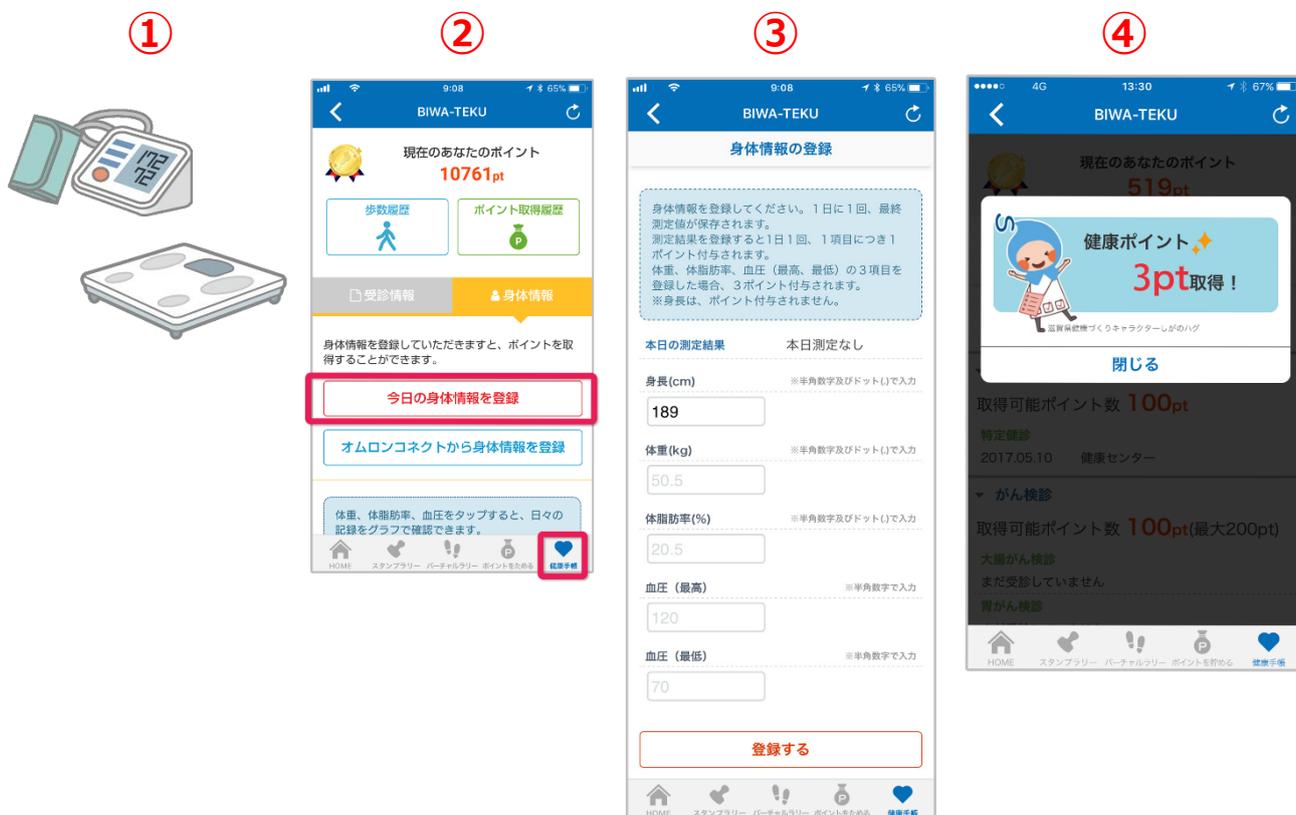
③



④

身体情報を登録してポイントをためる（登録フォームの場合）

- ① まずは、身長・体重・体脂肪率・血圧（最高・最低）を測定しましょう。
- ② 「健康手帳」をタップし、「身体情報」タブを表示し、「今日の身体情報を登録」をタップしてください。
- ③ 登録画面が表示されますので、身長・体重・体脂肪率・血圧（最高・最低）を入力して、「登録する」をタップしてください。
- ④ 体重・体脂肪率・血圧（最高・最低）を登録すると、1日1回、1項目につき1ポイント（最大3ポイント）獲得できます。
※身長は、ポイント付与されません。



身体情報を登録してポイントをためる（オムロンコネクトの場合）

オムロンコネクトから身体情報を登録する際のご注意

オムロンコネクトから身体情報を登録するには、オムロンコネクトアプリのインストール、またお持ちの血圧計・体重体組成計がオムロンコネクト対応機器である必要があります。また、お持ちのスマートフォンもオムロンコネクトアプリのサポート端末である必要があります。

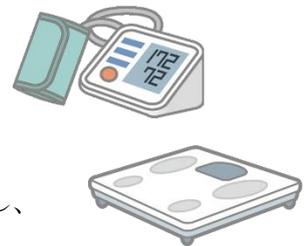
オムロンコネクトの登録情報を更新し、BIWA-TEKU アプリにデータを取り込むことで、身体情報を登録します。お持ちの計測機器やスマートフォンが対応しているか分からない場合は、オムロンコネクトホームページより、ご確認ください。

※BIWA-TEKU アプリでは活動量計の連携は行えません。

※オムロンコネクトアプリ、またオムロンの血圧計・体重体組成計の操作方法や設定方法に関するご質問は、各市町ではお応えしかねます。ご了承ください。

- ① オムロンコネクト対応機器で体重や体脂肪率、血圧（最高・最低）を測定しましょう。
 - ② オムロンコネクトアプリで本日のバイタルデータを更新してください。計測機器とオムロンコネクトアプリとの設定についてご不明な点は、オムロンコネクトホームページ ヘルプをご確認ください。
 - ③ BIWA-TEKU アプリの「健康手帳」をタップし、「身体情報」タブを表示し、「オムロンコネクトから身体情報を登録」をタップしてください。
 - ④ 本日のバイタルデータがオムロンコネクトへ登録されていれば、「はい」をタップし、BIWA-TEKU アプリの身体情報へ登録します。
- ※オムロンコネクトアプリがインストールされていない場合、また身体情報が未計測の場合、機器との連携が未設定の場合はアラートメッセージが表示されます。オムロンアプリとの連携方法が分からない方、また上手く身体情報が登録できない方は、ヘルプ（「オムロンコネクトとの連携について」）をご覧ください。
- ⑤ 体重・体脂肪率・血圧（最高・最低）の登録で、1日1回、1項目につき1ポイント（最大3ポイント）獲得できます。
- ※身長は、ポイント付与されません。

オムロンコネクト対応機器



②



③



④



⑤



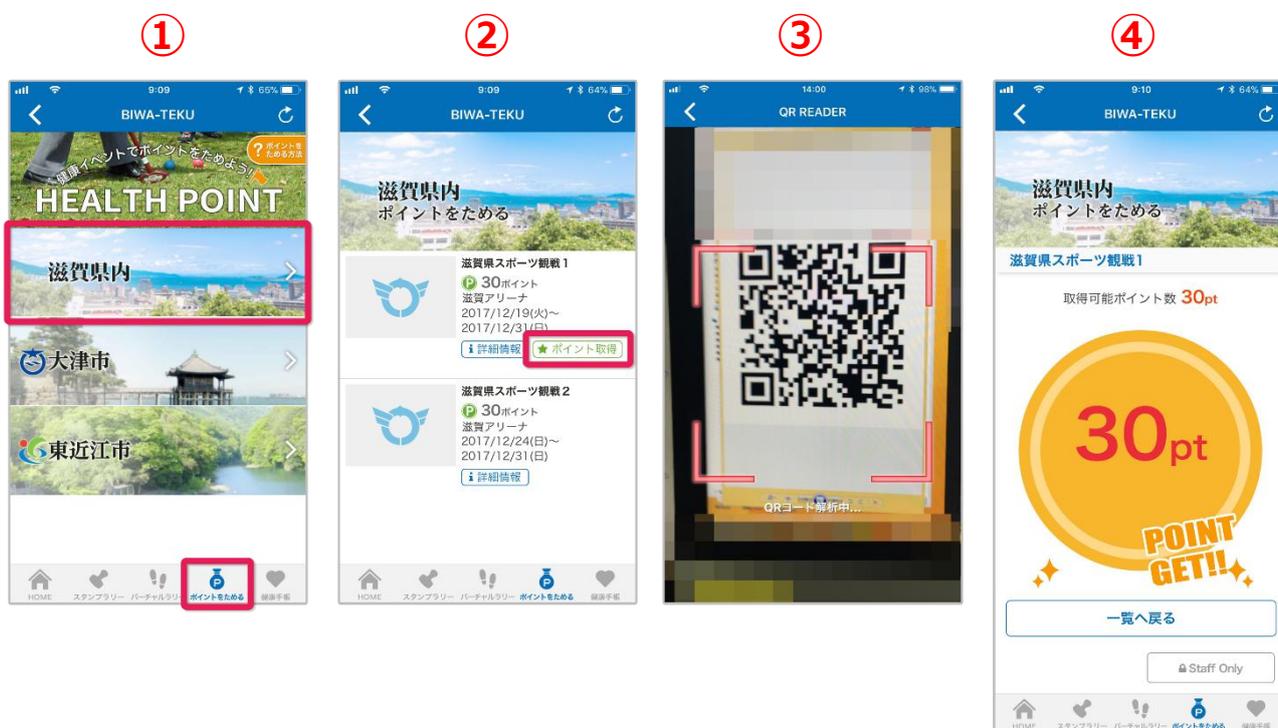
健康イベントに参加してポイントをためる（電子スタンプの場合）

- ① スタッフに電子スタンプを押印してもらうことでポイントをもたらえるイベントのポイント取得方法です。「ポイントをためる」をタップし、滋賀県内もしくは市町を選択してください。
- ② その時点でイベント情報の登録がある市町のみ、施設・イベントが表示されます。イベントをキーワードで検索することもできます。また、開始前のイベントは「ポイント取得」ボタンは表示されません。参加しているイベントや施設の「ポイント取得」をタップしてください。
- ③ スタッフからスマートフォンの画面に電子スタンプを押してもらいましょう。
- ④ 各施設・イベントのポイントが獲得できます。



健康イベントに参加してポイントをためる (QRコードの場合)

- ① 対象のイベントでスタッフがいない場合など、掲載されているポスター等に記載された QR コードを読み取ることでポイントをためることができます。「ポイントをためる」をタップし、滋賀県内もしくは市町を選択してください。
- ② ポイントを獲得できる施設・イベント一覧が表示されます。参加しているイベントや施設の「ポイント獲得」をタップしてください。QR コードリーダーが起動します。
- ③ イベントで掲示されているポスター等から QR コードを読み取ってください。QR コードは「HOME」画面の QR コードリーダーからも読み取りできます。
- ④ ポイントが獲得できます。



抽選への応募方法

1年に1度、毎年1月に、景品の当たる抽選が行われます。
 1口1000ポイントで、景品抽選に応募できます。応募で使えるポイントは前年1月～12月までにためたポイントが対象になります。
 景品は健康関連グッズ、ホテルペア宿泊券、滋賀県プロスポーツ観戦チケット及びスポーツチームグッズなどがございます。
 景品の詳細は、BIWA-TEKU(ビワテク)キャンペーンサイトをご覧くださいね。



※景品はイメージとなります。

- ① 「HOME」をタップし、「抽選応募」をタップしてください。
- ② 景品一覧が表示されますので、選択してください。
- ③ 応募フォームへ必要な情報を入力して、応募してください。



応募条件について

以下に該当する方は、応募条件を満たされていないため、ご応募いただくことができません。

- お住まいの地域を登録されていない方（プロフィール登録よりご登録ください。）
- 12月末までの取得ポイント数が1000ポイント（応募1口分）に満たない方
- 19才未満（今年度末時点）の方
- 40才以上～74才（今年度末時点）までの方で特定健診の受診情報を登録されていない方
- 前年度の取得ポイントが0ポイントの方（「HOME」画面へ応募ボタンが表示されません。）