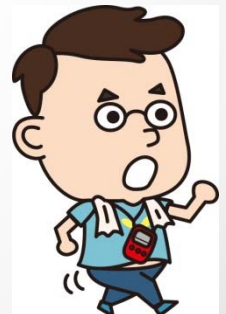


よこはまウォーキングポイント 歩数記録・ポイントを見る！

- I 歩数記録を確認するページにログインする
- II 自分の歩数記録などを見るために、最初に表示されるページ
- III 自分の歩数記録を見る
- IV 歩数に応じて獲得したポイントを見る
- V 歩数ランキングの順位を見る

用語の説明



I 歩数記録を確認するページにログインする



①画面上方の「ログイン」アイコンを左クリックします。



②ログインID、パスワードを入力して、ログインをクリックします。
(ログインIDとパスワードは同じ)

※入力は以下の文字を使用します
半角数字 0～9
半角英字大文字 A～F

ログインID
パスワード

送付時に歩数計本体に封入されたシールに記載された8ケタの英数文字です。



ひとくちコメント

※1「ログイン」

個人専用ページの利用開始時に自分の指定番号を入力して識別し表示させる操作

Ⅱ 自分の歩数記録などを見るために、最初に表示されるページ

はじめての方へ
サービスの説明はこちらから

マイページメニュー

② マイページ

プロフィール

達成カレンダー

③ マイグラフ

④ ランキング

抽選ポイント

セルフチェック

利用規約

毎日の体調管理

バイタル画面へ

セルフチェック

セルフチェック画面へ

送信した歩数を同期する

歩数を同期する

① 所属団体: 横浜市神奈川区
tp002

プロフィールを見る

今週の平均歩数
(2022年1月24日から2022年1月30日) 1歩

参加してからの総歩数 274,397歩

リーダー総送信回数 0回

- ①自分のニックネームや区がここに表示されます。
- ②ページの操作がわからなくなったら「マイページ」を左クリックします。
このページに戻ります。
- ③「マイグラフ」を左クリックすると、歩数データをグラフで見ることができます。
- ④「ランキング」では自分の歩数ランキングでの順位を、「抽選ポイント」では、歩数に応じて貯まったポイントを確認することができます。

Ⅲ 自分の歩数記録を見る

①

はじめの方へ
サービスの説明はこちらから

マイページメニュー

- マイページ
- プロフィール
- 達成カレンダー
- マイグラフ**
- ランキング
- 抽選ポイント
- セルフチェック
- 利用規約
- バイタル

お問い合わせ

マイグラフ

マイグラフでは、歩数・歩行距離などの様々な情報をグラフで見ることができます。

歩数 しっかり歩数 消費カロリー 歩行距離 歩行時間

血圧 睡眠時間 体重

期間 月間 3ヶ月 半年 1年

表示期間:
2022年1月23日~2022年1月29日

5,000
4,000
3,000
2,000
1,000

1/23 1/24 1/25 1/26 1/27 1/28 1/29

1週間（7日間）をリストで表示

日付	歩数
2022年1月29日	--
2022年1月28日	--
2022年1月27日	--
2022年1月26日	--
2022年1月25日	--
2022年1月24日	--
2022年1月23日	--

①「マイグラフ」を
左クリックします。

②他の「期間」の記録を見たい
ときに左クリックします。

IV 手順に応じて獲得したポイントを見る

はじめの方へ
サービスの説明はこちらから

マイページメニュー

- マイページ
- プロフィール
- 達成カレンダー
- マイグラフ
- ランキング
- 抽選ポイント**

抽選ポイント

抽選ポイントは、抽選に使われるポイントです。
抽選日に抽選ポイントに応じて自動的に応募されます。

抽選対象保有ポイント
330 ポイント
現在開催している抽選はありません。

ポイント履歴 (最新5日間表示)

5日間以内に取得したポイントはありませぬ。

2 [すべてのポイント履歴を見る](#)

① 「抽選ポイント」を左クリックします。

② すべてのポイント履歴をみたいときに、左クリックします。

各日の獲得ポイントを見ることができます。

1

V 歩数ランキングの順位を見る

はじめての方へ
サービスの説明はこちらから

マイページメニュー

- マイページ
- プロフィール
- 達成カレンダー
- マイグラフ
- ランキング**
- 抽選ポイント
- セルフチェック
- 利用規約
- バイタル
- お問い合わせ

ランキング一覧

ランキングでは、様々な指標からあなたや他のユーザーの順位を確認できます。
各ランキングの説明はこちらから

よこはまウォーキングポイント(PCトレイ) ランキング

リアルタイム更新
現在のリーグ
リーグ F3
一位
一人中
順位一覧を見る

リアルタイム更新
37,253 位
40,621 人中
順位一覧を見る

リアルタイム更新
18,320 位
19,732 人中
順位一覧を見る

リアルタイム更新
5,067 位
5,774 人中
順位一覧を見る

①ランキングを左クリックします。

②市全体でのランキング順位を一覧で見たいとき左クリックします。

用語の説明

しっかり歩数

脂肪を効果的に燃焼することができる、有酸素運動状態の歩数のことをいいます。有酸素運動をおこなうためには、10分以上継続した運動が必要であり、10分以上継続して歩行した状態の歩行を「しっかり歩数」としています。

※10分を超えた連続歩行の途中で1分以内の休息は、「継続したもの」としています