

# ログイン方法

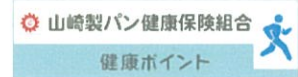
※PC・スマホ WEBサイト

パソコンやスマートフォンからアクセスしてください。

**URL** <https://point.happylth.com/web/yamazakipan/login>



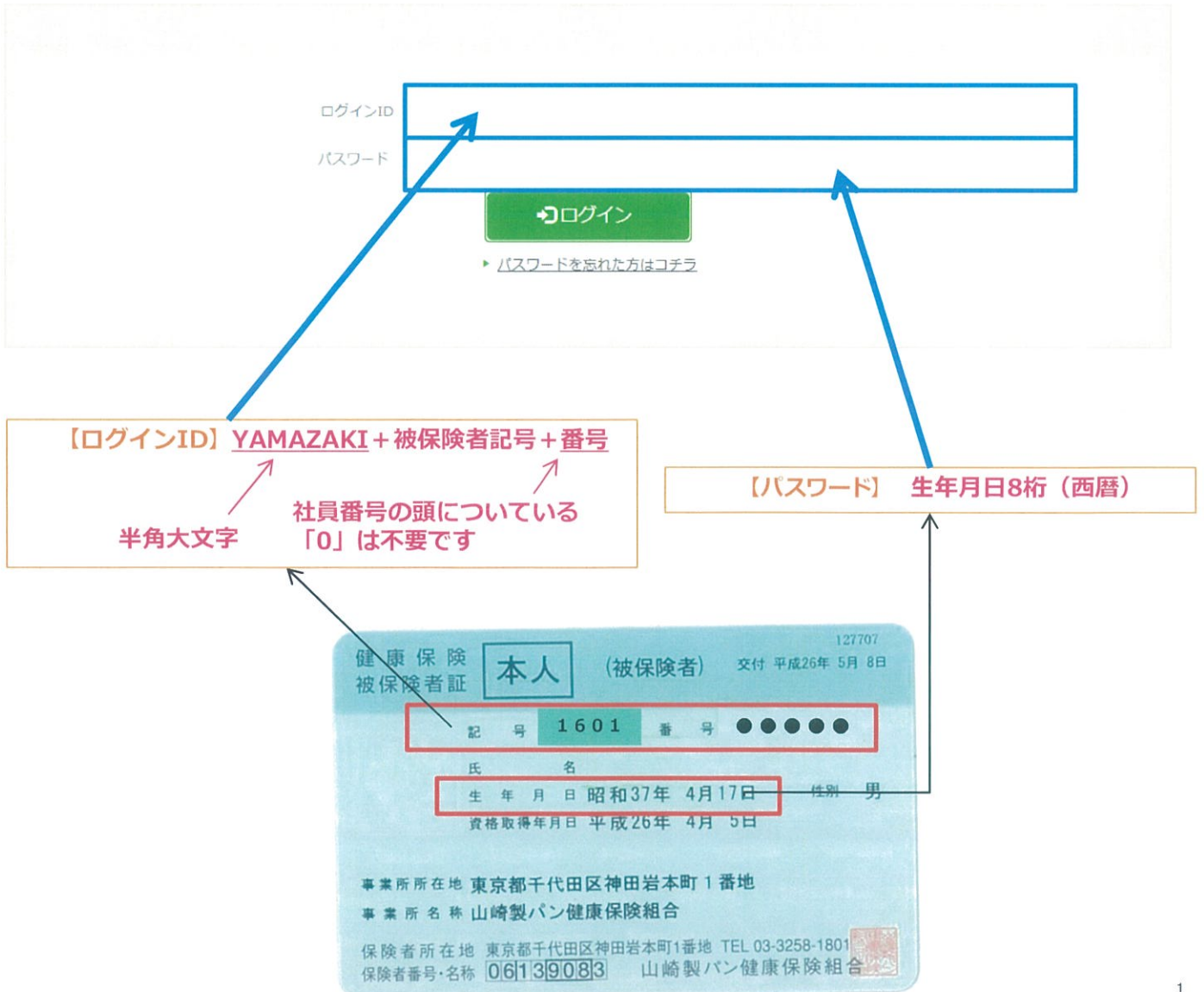
※「山崎製パン健康保険組合」のホームページの左バナー「健康ポイントプログラム」より利用できます。



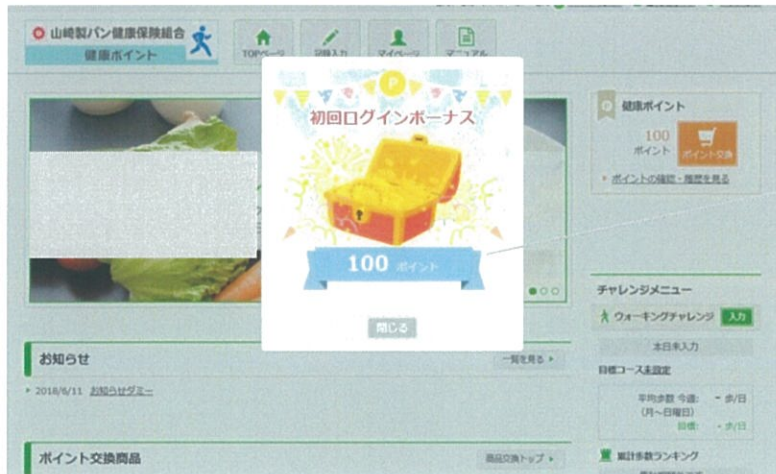
下記ルールに添ってログインID・パスワードを入力し、ログインをクリックしてください。

【ログインID】 YAMAZAKI + 被保険者記号 + 番号

【パスワード】 生年月日8桁（西暦）



# ログイン完了・初回ログインボーナス ※PC・スマホ WEBサイト



ログイン完了し、初回ログインボーナス（100ポイント）が付与されました。

※初回ログイン後、設定の変更をお願いします ※詳しくはマニュアルをご確認ください。

<パスワードの変更>

TOP画面→マイページ→利用者設定→パスワード設定

<ニックネームの変更>

TOP画面→マイページ→プロフィール編集

<メールアドレスの登録>

TOP画面→マイページ→利用者設定→メールアドレス設定

TOPページの下記バナーから「マイページ」に遷移できます。

【重要】初回ログイン後、早めにパスワード、メールアドレス、ニックネーム等の変更を、マイページよりお願いします。

マイページはこちら。

スマホアプリからもログインが可能です



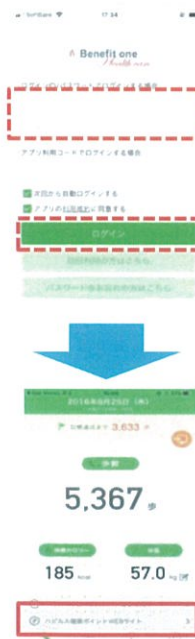
「ハピルス健康アプリ」を検索し、専用アプリ（無料）をダウンロード



iPhoneをお使いの方「App Store」から



Androidをお使いの方「GooglePlay」から



ログインID・パスワードを入力し、「アプリの利用規約に同意する」に☑を入れ、ログインをタップしてください。

ログインID

YAMAZAKI+被保険者記号+番号

パスワード

生年月日8桁（西暦）

※「次回から自動ログインする」に☑を入れていただくと、次回より自動的にログインされ大変便利です。

ログイン後「ハピルス健康ポイントWEBサイト」をタップすると、WEBサイトに遷移し初回ログインポイントが付与されます。

# 健康チャレンジキャンペーン参加方法

**STEP1** 「健康ポイントWEBサイト」にアクセスし、ログインIDとパスワードを入力し、「ログイン」をクリックします。

【アプリ(ハピルス)の場合】

アプリログイン後に、アプリの下部にある「ハピルス健康ポイントWEBサイト」をクリック

【WEBサイトの場合】

URL <https://point.happyth.com/web/yamazakipan/login>

(「山崎製パン健康保険組合」ホームページの左バナー  からアクセスできます)



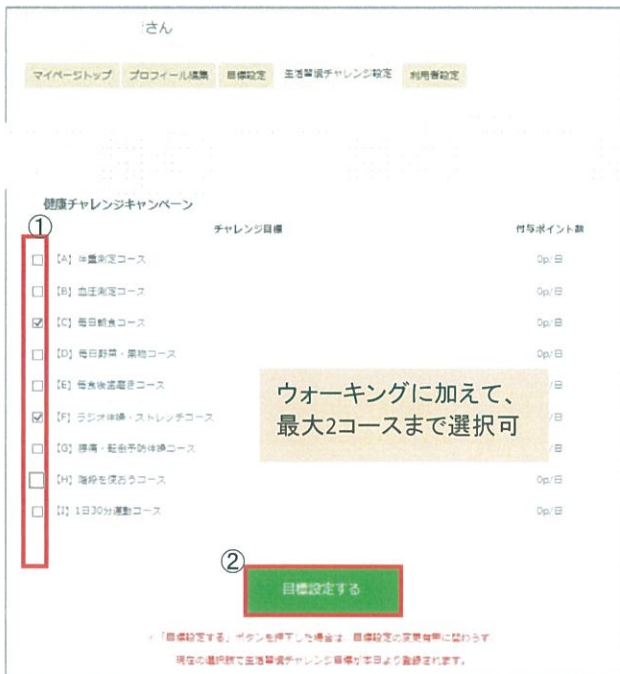
ログインID

パスワード

\* パスワードを忘れた方はコチラ

**STEP2** コースを選択する

「マイページ」内の「生活習慣チャレンジ設定」から  
取り組むコースを選択する



健康チャレンジキャンペーン

チャレンジ目標	付与ポイント数
<input type="checkbox"/> [A] 体重測定コース	0pt/日
<input type="checkbox"/> [B] 血圧測定コース	0pt/日
<input checked="" type="checkbox"/> [C] 毎日朝食コース	0pt/日
<input type="checkbox"/> [D] 毎日野菜・果物コース	0pt/日
<input type="checkbox"/> [E] 毎食後30分歩行コース	0pt/日
<input checked="" type="checkbox"/> [F] ラジオ体操・ストレッチコース	0pt/日
<input type="checkbox"/> [G] 腰痛・転倒予防体操コース	0pt/日
<input type="checkbox"/> [H] 階段をのぼるコース	0pt/日
<input type="checkbox"/> [I] 1日30分運動コース	0pt/日

ウォーキングに加えて、  
最大2コースまで選択可

\* 目標を設定する。ボタンを押下した場合は、目標設定の変更が無効になります。  
現在の選択状態で生活習慣チャレンジ目標が毎日記録されます。

① 取り組みたいコースにチェックを入れる(上限2コース)

② 「目標を設定する」をクリックする

**STEP3** 日々の取組みを記録する

「記録入力」の「生活習慣チャレンジ」から  
結果を記録する



チャレンジメニューの記録

登録日 3日前 2日前 1日前 今日

日付指定: 2018/06/06

生活習慣チャレンジ

健康チャレンジキャンペーン	チャレンジ目標	付与ポイント数
	[C] 毎日朝食コース	0pt/日
	[F] ラジオ体操・ストレッチコース	0pt/日

①  できた  できなかった

②

メモ

目標未設定の方は、「生活習慣チャレンジ設定」で目標設定をしてください。  
設定した目標に対して、日々の記録(できた/できなかった)を記録してください。  
【注意】メモ欄への目標設定/記録登録はポイント付与対象とはなりません。

① 「できた/できなかった」を選択する

② 「記録」をクリックする

Wポイントのチャンス!!!

・ウォーキング、体重測定、血圧測定は、歩数や数値を記録し、その達成状況によって、通年ポイントと期間限定ポイントが  
付与されます。

山崎製パン健康保険組合 御中  
 (人事担当課長経由)

(申込日) 2020年 月 日

**2020年秋の健康チャレンジキャンペーン参加申込書**

氏名										
所属	工場 事業所 課									
保険証 記号・番号	1	6								

選んだコースの申込欄に「○」を記入して下さい

申込	コース	具体的内容	達成	付与 ポイント	付与 期間
	(A) 毎日朝食	毎日朝食をとる	25日	200	1ヶ月
	(B) 毎日野菜・果物	毎日野菜(小鉢1皿分)か果物を食べる	25日	200	1ヶ月
	(C) 就寝2時間以上前の食事	毎日就寝2時間以上前に食事を済ませる	25日	200	1ヶ月
	(D) 毎食後歯磨き	毎食後歯磨きをする	25日	200	1ヶ月
	(E) 睡眠6時間以上確保	毎日6時間以上の睡眠をとる	25日	200	1ヶ月
	(F) ラジオ体操・ストレッチ	毎日ラジオ体操又はストレッチ(3分以上)をする	25日	200	1ヶ月
	(G) 腰痛・転倒予防体操	毎日腰痛・転倒予防体操をする	25日	200	1ヶ月
	(H) 階段を使う	毎日10階分以上階段を使う(下りも可)	25日	200	1ヶ月
	(I) 1日30分運動	1日30分以上運動をする	30分	8	1日
	ウォーキング	1ヶ月1日平均10,000歩以上歩く	平均 10,000歩	600	1ヶ月
		1ヶ月1日平均7,000歩以上歩く	平均 7,000歩	400	1ヶ月
	体重記録	毎日体重を測定する	25日	200	1ヶ月
	血圧記録	毎日血圧を測定する	25日	200	1ヶ月

※ A~Iのうち最大2コースまで(ウォーキング、体重記録、血圧記録を選択した場合最大5コースまで)選択可とします。

# 2020年 秋の健康チャレンジキャンペーン 記録カード

所 属	工 場 事業所	課
氏 名		
保険証記号・番号	1 6	

	10月				11月			
チャレンジコース(A~I)			体重	血圧			体重	血圧
○の日の数	日	日	日	日	日	日	日	日
ウォーキング歩数	歩				歩			

チャレンジコース									
10月	コース記号				11月	コース記号			
			体重	血圧				体重	血圧
1	木				1	日			
2	金				2	月			
3	土				3	火			
4	日				4	水			
5	月				5	木			
6	火				6	金			
7	水				7	土			
8	木				8	日			
9	金				9	月			
10	土				10	火			
11	日				11	水			
12	月				12	木			
13	火				13	金			
14	水				14	土			
15	木				15	日			
16	金				16	月			
17	土				17	火			
18	日				18	水			
19	月				19	木			
20	火				20	金			
21	水				21	土			
22	木				22	日			
23	金				23	月			
24	土				24	火			
25	日				25	水			
26	月				26	木			
27	火				27	金			
28	水				28	土			
29	木				29	日			
30	金				30	月			
31	土								
月間計					月間計				

ウォーキング					
10月	歩数	累計	11月	歩数	累計
1	木		1	日	
2	金		2	月	
3	土		3	火	
4	日		4	水	
5	月		5	木	
6	火		6	金	
7	水		7	土	
8	木		8	日	
9	金		9	月	
10	土		10	火	
11	日		11	水	
12	月		12	木	
13	火		13	金	
14	水		14	土	
15	木		15	日	
16	金		16	月	
17	土		17	火	
18	日		18	水	
19	月		19	木	
20	火		20	金	
21	水		21	土	
22	木		22	日	
23	金		23	月	
24	土		24	火	
25	日		25	水	
26	月		26	木	
27	火		27	金	
28	水		28	土	
29	木		29	日	
30	金		30	月	
31	土				
月間計			月間計		

※できた日は○、できなかった日は×を記入して下さい