

大府市健康プログラム

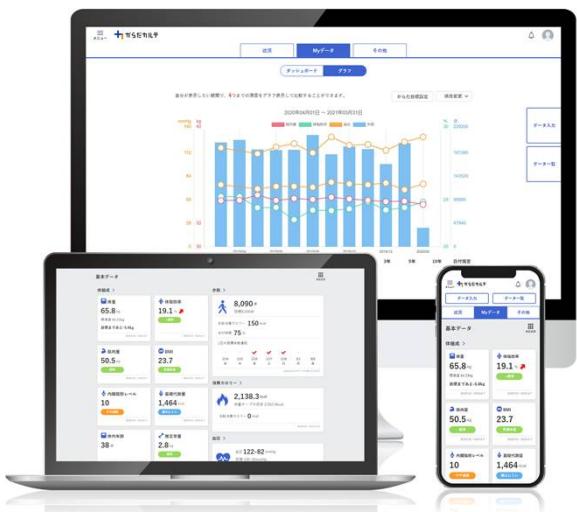
Fitbitと「からだカルテ」の連携ガイド

＜令和6年度＞

使用機器・連携アプリ



Fitbit端末・Fitbitアプリ



目次

- 【はじめに】各種使用機器・アプリと「からだカルテ」の連携イメージ … P.3
- 【事前設定】「からだカルテ」とFitbitのデータ連携手順 ……………… P.4
- Fitbit端末のデータを「からだカルテ」へ取り込む手順 ……………… P.7
- データ連携の解除・再設定 ……………… P.8

※ 本ガイドに掲載しているディスプレイ（表示画面）は解説用のイメージとなります。実際のものとは、デザイン・仕様・名称が一部異なる場合があります。
※ Fitbitは、米国およびその他の国における Fitbit LLC またはその関連会社の登録商標または商標です。
※ Bluetoothは、Bluetooth SIG, Inc.の登録商標です。

Fitbitで計測した歩数データは、Fitbitアプリと「HealthPlanet（ヘルスプラネット）」（WEB版）のデータ連携を行うことで、「からだカルテ」から確認することができます。

Fitbit



事前にFitbitアプリにて、Fitbit端末のペアリングを行います。

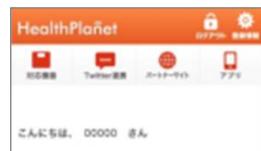


リストバンド型の
ウェアラブル端末

Fitbit端末を装着して歩数や睡眠データを測定します。
アプリと同期することでデータを取り込むことができます。

健康管理サービス

HealthPlanet (WEB版)



— WEB版 —
Fitbitで計測したデータを「からだカルテ」で確認できるようにするために、**事前設定時のみ使用します。**



ご注意ください

他の歩数計測デバイスや歩数計アプリを併用してデータ送信を行うと、正しく歩数やポイントが集計されません。
「Fitbit」以外との連携設定や歩数データ送信はしないようご注意ください。

健康管理ポータルサイト

からだカルテ (WEB版／アプリ版)



「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づくりのためのWEB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掲載されています。

測定データをグラフ表示



お役立ちコンテンツ充実！



下記の手順に従い、取組開始までに「からだカルテ」とFitbitのデータ連携を完了させていただけます。（＊スマートフォンを使用します）

手順 1

スマホにFitbitアプリ【無料】をインストール後 Fitbit端末とFitbitアプリをペアリングします

AndroidはGoogle Playで
iPhoneはApp Storeで「Fitbit」を検索して
アプリをインストールします。



スマホの「Bluetooth」がONになっていることを確認してください

スマホが節電モードになっていると
「Bluetooth接続なし」となって先に進ま
ないことがありますのでご注意ください。



Fitbitアプリ

Fitbit端末

Fitbit端末とFitbitアプリのペアリングを行います。
画面の指示に従い、操作を進めてください。

※Fitbit端末・Fitbitアプリに関するお問い合わせについては

下記の【Fitbit ヘルプ（カスタマーサポート）】ページをご利用ください。

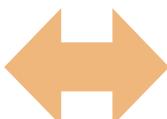
<https://support.google.com/fitbit/?hl=ja&sjid=5705936019916612239-AP#topic=14236398>

手順
2

Fitbitアプリと「HealthPlanet」WEB版のデータ連携を完了させます



Fitbitアプリ


HealthPlanet
 ヘルスプラネット

「HealthPlanet」WEB版

「からだカルテ」（事業参加用）のログイン用ID・パスワードで「HealthPlanet」WEB版にログインします。

HealthPlanet <https://www.healthplanet.jp/>

1 「登録情報」アイコンをタップします。



2 「サービス連携」を選びタップします。



3 「Fitbit連携」を選びタップします。



4 「連携する」をタップします。



次項へつづく →

手順 2



Fitbitのサインイン画面が表示されます。
画面の指示に従い、操作を進めてください。

5

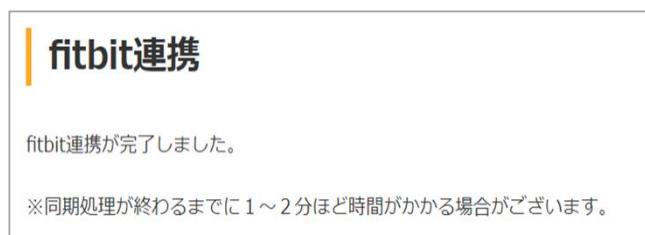

Fitbit登録時に設定したメールアドレスと
パスワードを入力し、サインインします。

6

「すべて許可する」のチェックボックスを選択し、「許可」をタップします。


7

Fitbit連携完了画面が表示されたら**連携完了**です。



Fitbit端末のデータを 「からだカルテ」へ取り込む手順



手
順
1

Fitbit端末からFitbitアプリへデータを取り込みます



Fitbitアプリを起動し、Fitbitと
アプリを同期します。

アプリ起動時には、「同期およ
び更新中」の表示が出ます。

表示が消えると、最新の状態
となります。

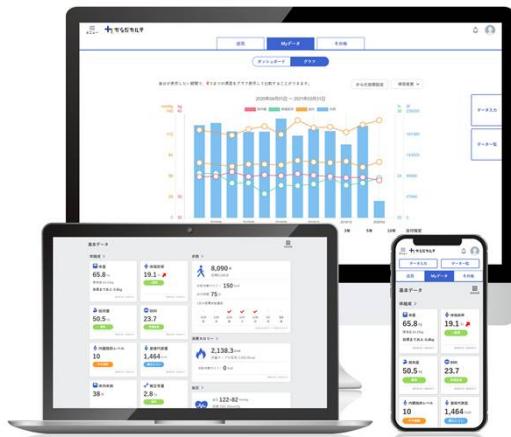
手
順
2

「からだカルテ」にログイン、または「からだカルテ」 アプリを起動すると、Fitbit端末のデータが 「からだカルテ」へ自動的に取り込まれます



アプリを起動しても、データが取り込まれない場合は、アプリをバックグラ
ウンドから削除した後に、もう一度アプリを起動してみてください。

 カラダカルテ



データ連携の解除・再設定

「からだカルテ」にログインするたびにデータが更新されますが、
万一更新されない場合は、下記の手順で、**データ連携の解除・再設定**をお願いします。

「からだカルテ」（事業参加用）のログイン用ID・パスワードで
「HealthPlanet」WEB版にログインします。

HealthPlanet
ヘルスプラネット

<https://www.healthplanet.jp/>

**「登録情報」⇒「サービス連携」⇒「Fitbit連携」の遷移で
「Fitbit連携」画面を表示し、状態を確認します**

測定した日時がログインした時間になつていれば、正しく連携されています。
万一、日時が古い場合は、下記の手順で、データ連携の解除・再設定を実施してください。

- 1 「解除する」をタップしてください。



- 2 確認ポップアップが表示されるので、「OK」をタップしてください。



- 3 連携前の画面に戻ったら、再設定をお願いします。（P.5～6「手順2」参照）