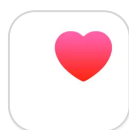


Apple Watch（ヘルスケア）と 「からだカルテ」の連携ガイド

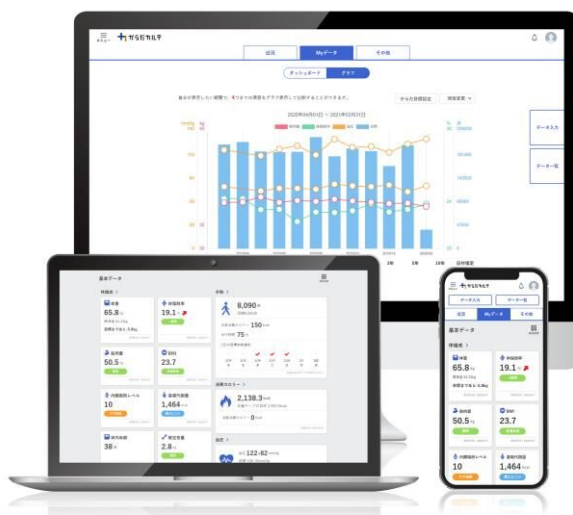
<令和7年度>

使用機器・連携アプリ



Apple Watch
「ヘルスケア」アプリ（iPhone）

+ からだカルテ



※iPhone本体でも歩数の計測が可能です。

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「ヘルスケア」のデータ連携手順・・・・・ P.4
- Apple Watch（ヘルスケア）のデータを「からだカルテ」へ取り込む手順・ P.7

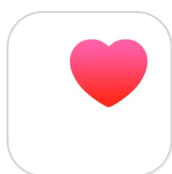
※ 本ガイドに掲載しているディスプレイ（表示画面）は解説用のイメージとなります。実際のものとは、デザイン・仕様・名称が一部異なる場合があります。

※ iPhone、Apple Watchは、Apple Inc.の商標です。

Apple Watchで計測した歩数データは、「HealthPlanet（ヘルスプラネット）」アプリと「ヘルスケア」アプリ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。

〈対応スマホOS：iOS〉

ヘルスケア



事前に「ヘルスケア」アプリにて、Apple Watchのペアリングを行います。



Apple Watch

Apple Watchを着着して歩数を計測します。「ヘルスケア」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。

※iPhone本体でも歩数の計測が可能です。

健康管理サービス

HealthPlanet

（アプリ版）



— アプリ版 —
アプリの更新ボタンを押し、「ヘルスケア」のデータと同期します。



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。「ヘルスケア」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

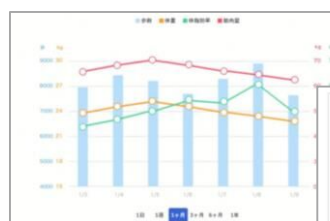
からだカルテ

（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



食事記録



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」とヘルスケアのデータ連携を完了させていただきますようお願いいたします。（＊スマートフォンを使用します）

手順 1

iPhoneで「HealthPlanet」にログインします

- ①「HealthPlanet」アプリをAppStoreからダウンロードしてください。

HealthPlanet
ヘルスプラネット



「HealthPlanet」アプリ

iOS



【使用可能なスマートフォン】 対応OS : iOS 13,14,15,16,17,18

- ②「からだカルテ」（事業参加用）の**ログイン用ID・パスワード**でログインしてください。

「HealthPlanet」と「ヘルスケア」を連携します

- ①「データを入力」をタップしてください。



手順 2

次項へつづく
↓

手順
2

- ②「歩数」>「デバイスから自動入力～」の「設定する」をタップしてください。
- ③データ連携の「ヘルスケア」をオンにしてください。

次
項
へ
つ
づ
く
↓

手順
2

- ④「歩数」の読み出しを**オン**にし、データのアクセスを「許可」して
該当の端末（Apple Watch）を選択してください。
(※ ご利用端末やOSのバージョンによっては、左側の画面【A】が表示されない場合がございます)



Apple Watch（ヘルスケア）のデータを「からだカルテ」へ取り込む手順

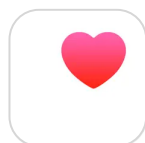
Apple Watch（ヘルスケア）で計測した歩数データを、「HealthPlanet」アプリを使用して「からだカルテ」へ取り込みます。

手順 1

「HealthPlanet」アプリを起動します。

「ヘルスケア」のデータが自動的に「HealthPlanet」アプリに取り込まれます。

ヘルスケア



HealthPlanet



Apple Watchの前日までのデータが「ヘルスケア」に取り込まれていることを確認してから、「HealthPlanet」アプリを起動してください。前日までのデータが「ヘルスケア」に取り込まれる前に「HealthPlanet」アプリを起動すると、Apple Watchの前日までのデータの一部が取り込まれない場合があります。

手順 2

「HealthPlanet」アプリの同期ボタンをタップします。



手順 3

「からだカルテ」の表示を更新すると、「ヘルスケア」のデータが「からだカルテ」に反映されます。

