

Fitbitと「からだカルテ」の 連携ガイド

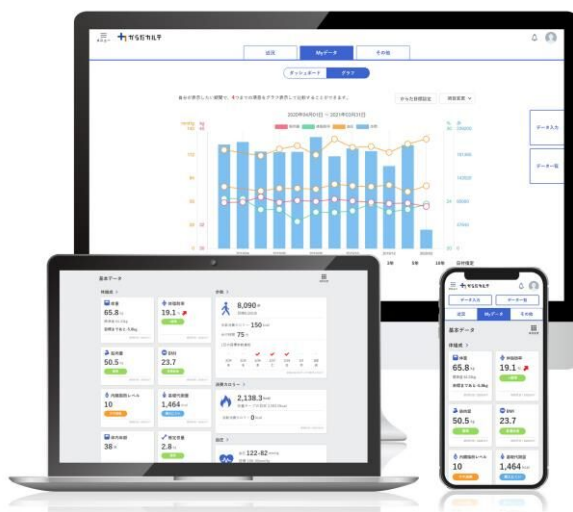
＜令和7年度＞

使用機器・連携アプリ



Fitbit端末・Fitbitアプリ

 からだカルテ



目次

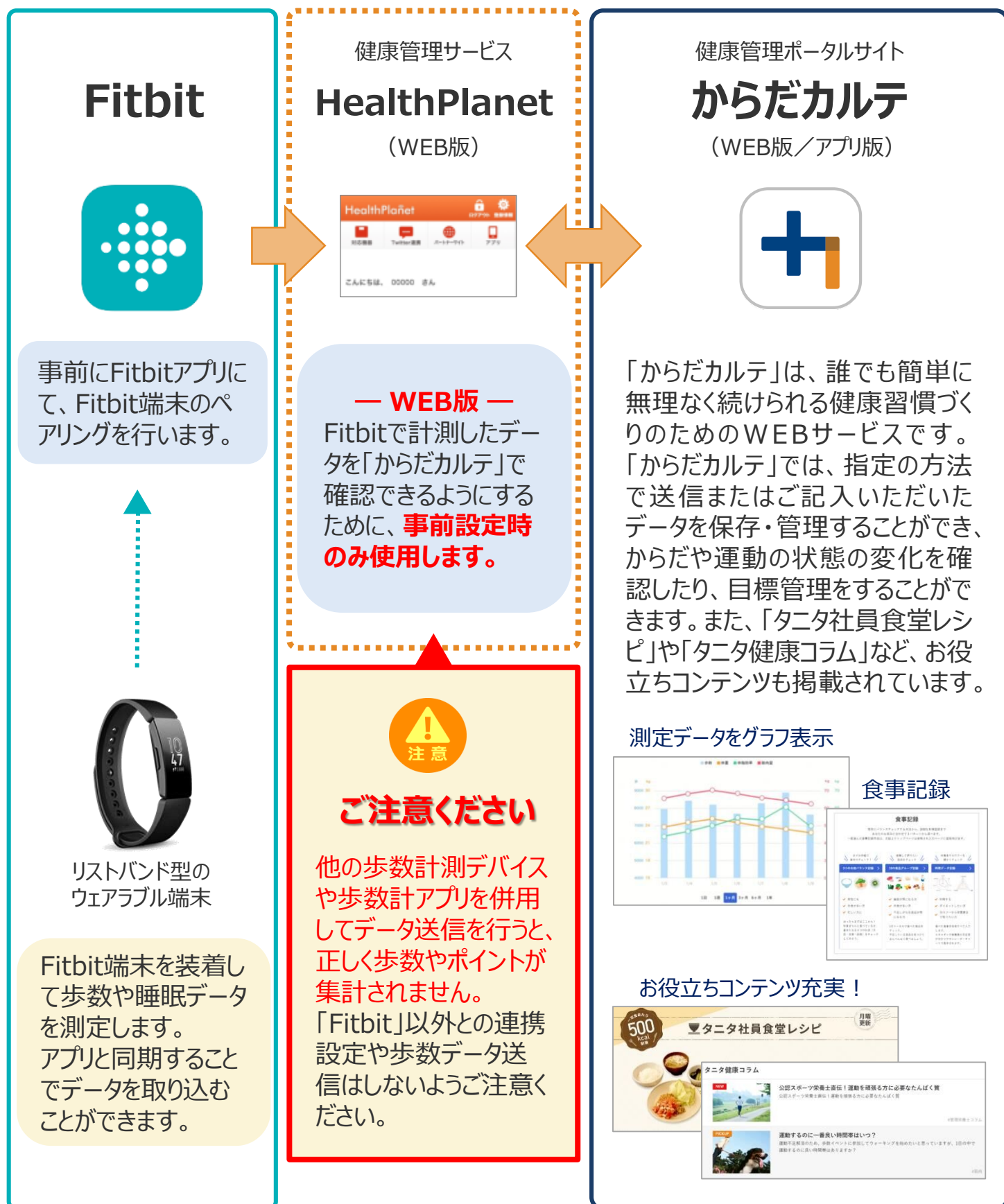
- 【はじめに】各種使用機器・アプリと「からだカルテ」の連携イメージ …… P.3
- 【事前設定】「からだカルテ」とFitbitのデータ連携手順 …………… P.4
- Fitbit端末のデータを「からだカルテ」へ取り込む手順 …………… P.7
- データ連携の解除・再設定 …………… P.8

※ 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。



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き
ようお願いします。（＊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

アンドロイドは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端末



Fitbitアプリ

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
ヘルスプラネット

<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
サインインする

Google で続ける

メールアドレス
アカウントのメールアドレス

パスワード
安全なパスワードを入力してください

☐ ログインしたままにする
パスワードを忘れた場合

サインインする

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。

fitbit

application による **ヘルスプラネット** は、アカウントの次のデータを アクセス する機能を求めています。

☒ すべて許可する

- ☒ Fitbit のデバイス設定
- ☒ 睡眠状態
- ☒ 心拍数
- ☒ アクティビティおよびエクササイズ
- ☒ プロフィール ⓘ

このデータの一部しか許可しない場合には、ヘルスプラネット が想定どおりに機能しない可能性があります。これらの許可については、[ここ](#) で詳しく学べます。

拒否 許可

ヘルスプラネット と共有するデータは、application の [プライバシーポリシー](#) と [利用規約](#) により規制されます。[アカウント設定](#) では、いつでもアクセスを確認したり削除したりできます。

7

Fitbit連携完了画面が表示されたら**連携完了**です。

fitbit連携

fitbit連携が完了しました。

※同期処理が終わるまでに1～2分ほど時間がかかる場合がございます。

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。

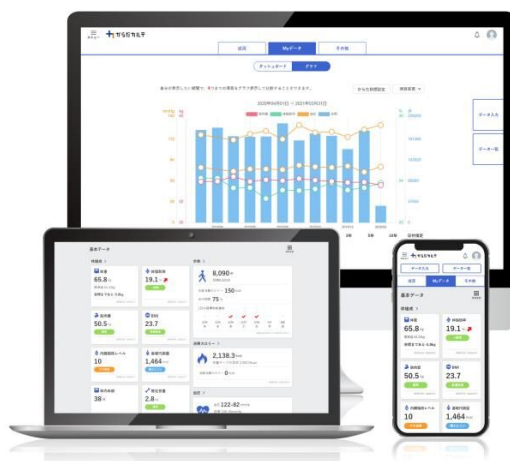
手順 2

「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。

 からだカルテ



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っていれば、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）