

Garminと「からだカルテ」の 連携ガイド

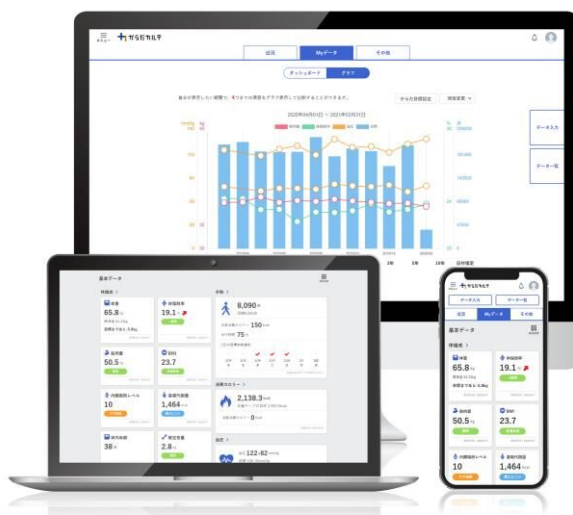
＜令和7年度＞

使用機器・連携アプリ



Garmin端末・アプリ

 からだカルテ



- 【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Garminのデータ連携手順 …… P.4
- Garmin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。

※ GarminおよびGarminロゴは、Garmin Ltd.とその子会社の米国およびその他の国における登録商標です。

※ Bluetoothは、Bluetooth SIG, Inc.の登録商標です。

Garminで測定した歩数データは、「HealthPlanet（ヘルスプラネット）」アプリと
Garmin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。

Garmin



事前にGarminアプリにて、Garmin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

Garmin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 —

Garmin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。「Garmin」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。

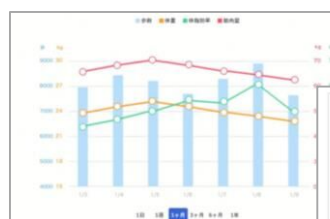
健康管理ポータルサイト

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Garminのデータ連携を完了させていただくをお願いします。（＊スマートフォンを使用します）

手順
1

スマホに「Garmin Connect」アプリ [無料]
(以降、「Garminアプリ」) をインストール後
Garmin端末とGarmin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「Garmin」を
検索してアプリをインストールします。



「Garmin Connect」
アプリ



**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。



Garmin端末

Garmin端末とGarmin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。

手順
2

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



Garmin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 「GARMIN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



Garmin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

Garmin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

「保存」をタップします。

7

「同意する」をタップします。

8

GARMIN連携完了画面が表示されたら**連携完了**です。

GARMIN連携

GARMIN連携が完了しました。
※Garmin ConnectアプリとGarminデバイスを同期させた後、ヘルスプラネット画面に反映するには、しばらく時間がかかる場合があります

Garmin端末のデータを 「からだカルテ」へ取り込む手順

手順 1

Garmin端末からGarminアプリへデータを取り込みます



Garminアプリを起動し、
Garmin端末とアプリを同期します。

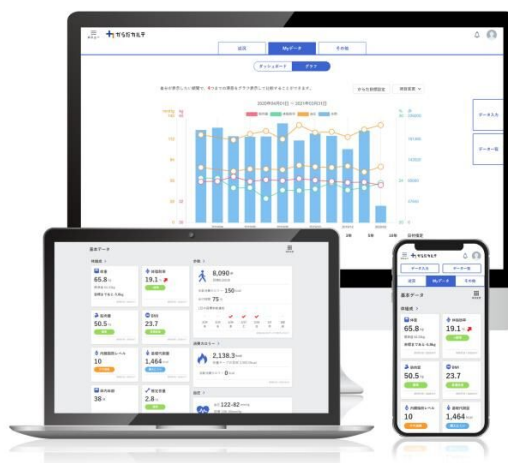
手順 2

Garmin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



Garmin端末からGarminアプリにデータが取り込まれた後、
「からだカルテ」に取り込まれるまで時間がかかる場合があります。

 からだカルテ



データ連携の解除・再設定

「からだカルテ」にデータが取り込まれない場合は、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。**

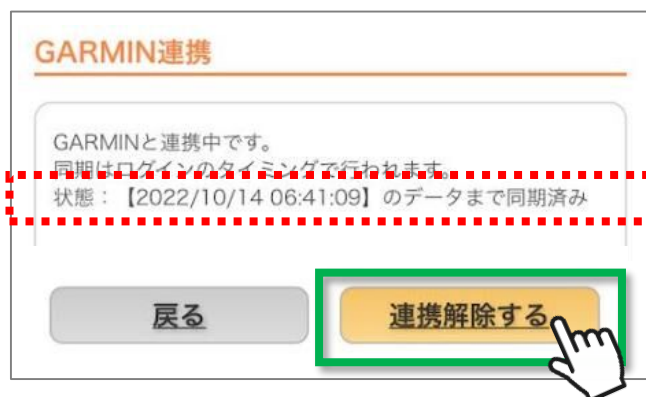
HealthPlanet
ヘルスプラネット

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

**「登録情報」⇒「サービス連携」⇒「GARMIN連携」の遷移
で「GARMIN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 「連携解除する」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、「はい」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）