

# Fitbitと「からだカルテ」の連携ガイド

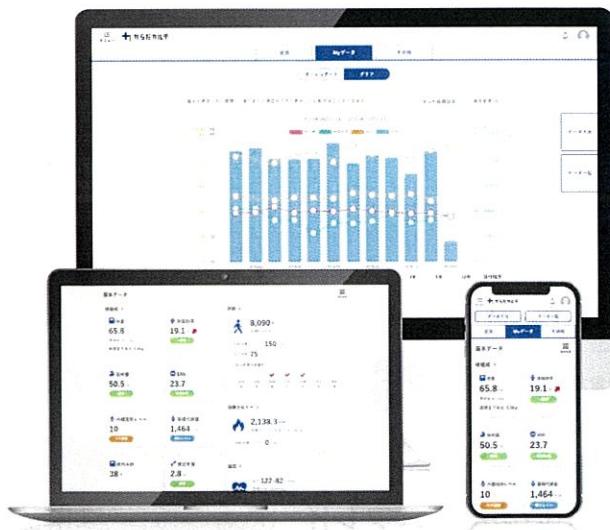
Ver.1.0.0

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.4
- 【事前設定】「からだカルテ」とFitbitのデータ連携手順 P.5
- Fitbit端末のデータを「からだカルテ」へ取り込む手順 P.8
- データ連携の解除・再設定 P.9

## はじめに

# 各種使用機器・アプリと 「からだカルテ」のデータ連携イメージ



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



※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。

## 事前設定

# 「からだカルテ」とFitbitのデータ連携



## 手順

※「HealthPlanet」WEB版を使用 ※開始前に必ず実施ください

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くようお願いします。（＊スマートフォンを使用します）

## 手順

### 1

#### スマホで「からだカルテ」にログインします

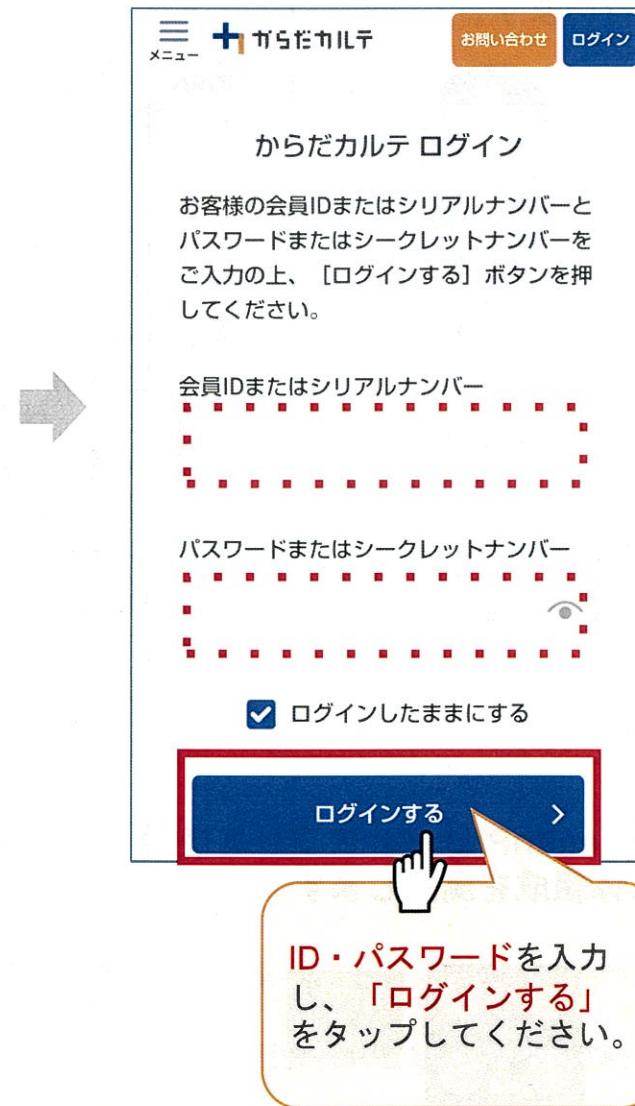
下記の手順で「からだカルテ」にログインします。



① 「からだカルテ」へアクセスしましょう。

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

② 「からだカルテ」のID・パスワードを入力し、ログインしてください。



## 事前設定

# 「からだカルテ」とFitbitのデータ連携



## 手順

### 2

#### 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  
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アプリについてのご相談は  
【Fitbitカスタマーサポートセンター】へご連絡ください。

スマートフォン ※Bluetooth4.0(BluetoothLE)対応端末  
Bluetoothを起動、Fitbitアプリをダウンロード 最新情報、対応機種は右記サイトでご確認ください。https://www.fitbit.com/jp/devices

APPLE App Store からダウンロード ANDROID Google play で手に入れよう  
iOS 12.2 以上 OS 7.0 以降

WINDOWS Windows ストア からダウンロード  
Windows 10 バージョン 1607 以降

Fitbitアプリを起動

デバイスを選択し、プロフィールを登録

アカウントを登録

設定方法・使用に関するお問い合わせは[こちら](#)  
【Eメールでお問い合わせ】<https://help.fitbit.com>

※お使いのFitbit機種を選択して送信フォームへ進んでください

Fitbit カスタマーサポートセンター  
TEL : 0120-998-549 (フリーダイヤル)

受付時間：平日9:00～18:00  
(土、日、祝祭日、年末年始、弊社指定休業日を除く)

※お手元に製品シリアル番号/Fitbitアカウント情報をご準備ください

輸入販売元：株式会社 美貴本  
URL : [fitbit.com/jp](http://fitbit.com/jp)

200903MT

## 事前設定

# 「からだカルテ」とFitbitのデータ連携手順

※「HealthPlanet」WEB版を使用 ※取組開始前に必ず実施ください

手順  
3

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



HealthPlanet  
ヘルスプラネット

「HealthPlanet」WEB版

「からだカルテ」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



## 事前設定

# 「からだカルテ」とFitbitのデータ連携手順

※「HealthPlanet」WEB版を使用 ※取組開始前に必ず実施ください

手順  
3



Fitbitのログ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。

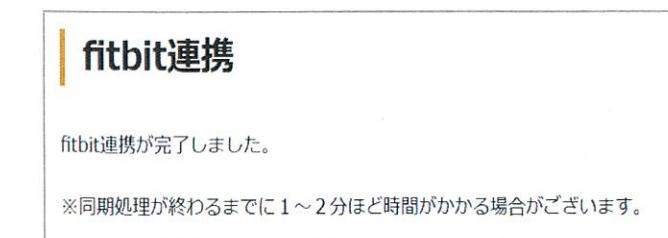
5 Fitbit登録時に設定したメールアドレスとパスワードを入力し、ログインします。



6 「すべて許可する」にチェックマークをし「許可」ボタンを押します。



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



Fitbit端末で測定したデータはFitbitアプリ、「HealthPlanet」アプリ版を使用して、「からだカルテ」へデータを取り込みます。

「HealthPlanet」アプリ版は各ストア(App Store/Playストア)からインストールしてください。

**HealthPlanet**  
ヘルスプラネット



「HealthPlanet」アプリ

iOS



Android



## 【アプリケーションの概要】

- 動作環境 : iOS 13、14以上、Android OS 5.1 以上のスマートフォンに対応しています。

## STEP 1 Fitbit端末からFitbitアプリへデータを取り込む



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。

## STEP 2 「HealthPlanet」アプリ版を使用して、「からだカルテ」へデータを取り込む

\* 「HealthPlanet」アプリ版で同期をすることで、データが自動的に「からだカルテ」へ取り込まれます。

