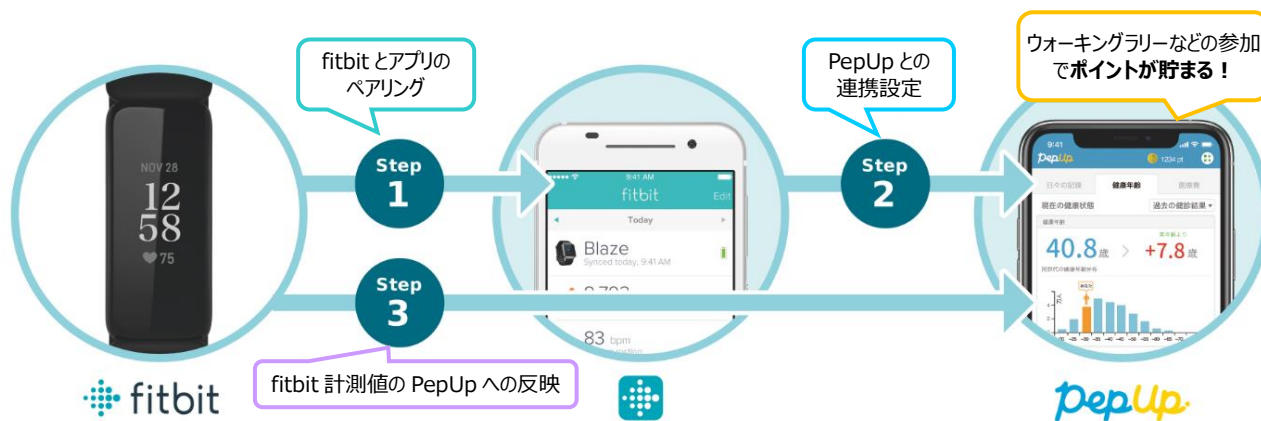


fitbit を設定しよう！



STEP 1

fitbit とアプリのペアリング

1. fitbit 端末を充電する。

付属の充電ケーブルを fitbit の裏面に接続し、USB を PC 等に繋ぎ充電してください。
充電中は、fitbit の画面に絵が表示されます。

2. スマホに fitbit アプリをインストールする。

fitbit アプリを「Google Play」、もしくは「App Store」で検索し、ダウンロードしてください。
※「Bluetooth」対応の Windows10 PC で設定する場合は、
Microsoft ストアで検索し、ダウンロードしてください。



3. アプリに必要情報を入力し、設定デバイスを選択する。

インストールが完了したら、アプリを起動し、fitbit のアカウントを作成してください。
デバイスは、当健保組合が配付している機種「Inspire HR」を選択してください。

4. スマホの「Bluetooth」が「ON」になっていることを確認する。

スマホと fitbit は「Bluetooth」で接続します。
スマホの設定画面で、スマホの「Bluetooth」が「ON」になっていることを確認してください。

5. スマホの画面で fitbit の認証番号を入力する。

スマホの画面に「**4桁の数字を入力**」と表示されたら、fitbit の画面に表示されている「4桁の数字」を
スマホに入力してください。

6. fitbit を最新の状態にアップデートする。

アップデートには **40分程度**時間がかかります。
スマホと fitbit は、そばに置いたままにしてください。



7. アップデートが完了したら、設定完了！

アップデートが完了すると、fitbit が使えるようになります。
腕等に装着し、歩数がカウントされるか確認してください。
※fitbit の表示画面（文字盤や歩数の項目など）は、fitbit アプリ画面左上のアイコンから設定できます。

STEP 2

< PepUp アプリ から設定する場合 >

PepUp との連携

※アプリ、もしくはブラウザのいずれかで設定してください。

1. PepUp にログインする。

PepUp にログインし、アプリ画面右上にあるアイコンをタップしてください。

2. fitbit 連携設定を選択。

「その他のメニュー」の中から、「**fitbit 連携設定**」をタップしてください。

3. fitbit アカウントを入力する。

fitbit のログイン画面で、**fitbit の ID・パスワード**を入力してください。

※STEP1-3 で作成したアカウントです（PepUp のアカウントではありません）。

4. 同期したい項目を選択する。

同期したい項目を選択し、「**許可**」をタップしてください。

※歩数を同期するには、「**アクティビティ及びエクササイズ**」と「**プロフィール**」は必須項目です。

5. 連携結果の確認。

スマホの画面に「**fitbit の連携が成功しました！**」



と表示されたら、連携成功です。

< ブラウザ（PC・スマホ） から設定する場合 >

1. PepUp にログインする。

PepUp にログインし、「**日々の記録**」ページにある「**設定**」ボタンを押してください。

2. fitbit 設定リンクを押下。

設定画面の一番下にある「**fitbit 設定リンク**」を押してください。

3. fitbit アカウントを入力する。

fitbit のログイン画面で、**fitbit の ID・パスワード**を入力してください。

※STEP1-3 で作成したアカウントです（PepUp のアカウントではありません）。

4. 同期したい項目を選択する。

同期したい項目を選択し、**許可**を押してください。

※歩数を同期するには、「**アクティビティ及びエクササイズ**」と「**プロフィール**」は必須項目です。

STEP 3

1. fitbit のデータを PepUp に反映する。

fitbit のアプリを立ち上げてください。

デバイスの同期が自動の場合は、アプリを立ち上げるだけで fitbit の歩数等がアプリに反映されます。※fitbit アプリから、PepUp への反映には少し時間がかかります。

