



歩数入力マニュアル

【Fitbit】



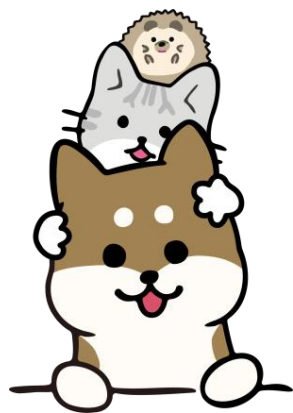
歩きすぎに
注意してね！

Pep Upのご登録はお済みですか？

- ・ 未登録の方 ⇒ 先にPep Upのご登録をお願いします(P2～P3)
- ・ 登録済みの方 ⇒ [P4](#)へ



Pep Up未登録の方はまず登録！



Pep Upの登録がお済みでない方は、**下記の手順に沿ってPep Upの登録をお願いします。**※マニュアルページ <https://dokenpo.or.jp/pop/detail1800>

登録方法

お手元にスマートフォンと本人確認書類*はありますか？

*本人確認書類は、運転免許証、マイナンバーカード（通知カードを除く）、在留カード、運転経歴証明書（2012年4月1日以降発行分）です。

はい

いいえ

オンライン登録

- ①スマートフォンで右記の二次元バーコードを読み取り
- ②保険「記号・番号」等の入力
- ③メールアドレスの登録
- ④本人確認書類と顔写真撮影
- ⑤登録完了通知

即日登録

できます！



オンライン登録ができない場合

本人確認コードによる登録

登録に必要な本人確認コードを発行しますので、右記二次元バーコードからお申込みください



アプリダウンロードの説明は次のページを見てね！



歩数の取得（Pep Upアプリをインストール）

ウォーキング
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

- ①以下のURLからPep Upのアプリをインストールし、Pep Upアプリにログインします。
- ②Pep Upアプリで新規登録、もしくはすでにパソコンで登録済でしたらパソコンのメールアドレスとパスワードでログインできます

※本画面はイメージ図です。

Pep Up アプリ



<https://itunes.apple.com/jp/app/pepup/id1109651121?mt=8>



<https://play.google.com/store/apps/details?id=life.pepup.app&hl=ja>

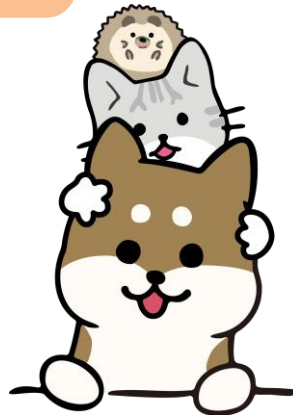


アプリのダウンロードはPep Up登録後にお願いします。



Fitbitから歩数を取得する方法

FitbitとPep Upを連携させると、アプリを起動することで Fitbitに蓄積された歩数を取得することができます



Fitbitから歩数取得（準備～同期までの流れ）

ウォーキング
ラリー参加

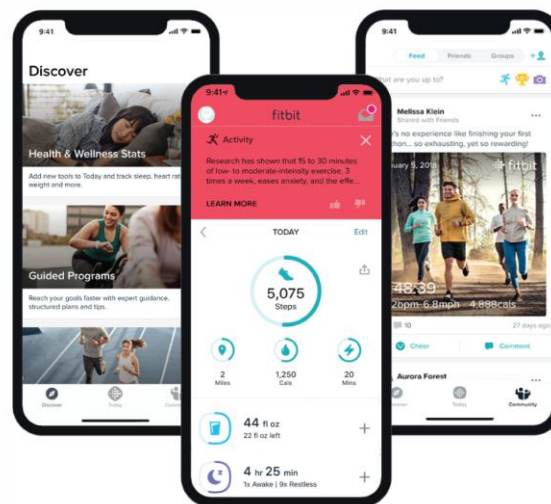
チーム参加

歩数入力

FitbitのアプリをインストールしてFitbitのアカウントを作成します。
※Pep Upと同じメールアドレスとパスワードでなくてもかまいません。

対象者:Fitbitで歩数・睡眠時間・心拍数（安静時平均）・体重を連携する方

※本画面はイメージ図です。



1.それぞれのスマートフォンの
ストアより、Fitbitアプリをイ
ンストールします

2.アプリがインストールされた
ら、アプリを開いて Join Fitbit
ボタンをタップします

3.ここで Fitbit アカウントを作
成し、デバイスを携帯端末に接
続（ペアリング）します

4.ペアリングをすることにより、
デバイスと携帯端末が互いに通
信（データの同期）できるよう
になります。

※Fitbit アプリとFitbitの連携に関するお問い合わせはFitbitサポートにお問い合わせください。

Fitbitから歩数取得（PC上でFitbitとの連携方法）

ウォーキング
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

Pep Upにログイン後、「ウォーキングラリー画面」「日々の記録」画面から Fitbit 連携を行えます ※PepUpアプリからは次ページ参照

ウォーキングラリー画面



1. 「Fitbitと連携」を押します

日々の記録画面



1 「日々の記録」>「デバイス連携」
fitbitの「連携する」を押します

2. Fitbitアカウント
を入力します(※Pep
アカウントではあり
ません)

※ログイン画面の
表示に数分かかること
があります

3.同期する項目を選
択し[許可]を押しま
す
※歩数同期には「ア
クティビティおよび
エクササイズ」「プ
ロフィール」が必須
です

※本画面はイメージ図です。



4. 「Fitbitの連携が
成功しました!」で完
了です

Fitbitから歩数取得（アプリでFitbitとの連携方法）

ウォーキング
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

PepUpアプリからFitbitを連携させる場合

- ①ホーム画面＞その他＞外部サービス連携＞Fitbit連携設定に移動します。
- ②Fitbitサインインからログインし、連携を許可で完了です。

※本画面はイメージ図です。



1. PepUpにログインし、アプリ「その他」のアイコンをタップします

2. その他のメニューが表示されたら[外部サービス連携]>[Fitbit連携設定]をタップします

3. Fitbitのログイン画面が出たらFitbitアカウントを入力します。

4. 同期したい項目を選択し、[許可]をタップします。

5. 「Fitbitの連携が成功しました！」と表示されます

■ ステップ5の連携成功画面を更新すると“デバイス連携が失敗した”と表示されることがあります。更新しないようにしてください。
歩数連携されていれば問題ありません。

■ FitbitとPepUpの連携解除をしたい場合パソコンやスマートフォンのブラウザの「日々の記録」画面から解除が可能です

Fitbitから歩数取得（実際の同期方法）

ウォーキング
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

Fitbitアプリを起動し歩数データをPep Upに取り込みます。

※FitbitアプリとPep Upをすぐに同期させたい場合

パソコンやスマートフォンのブラウザから「日々の記録」>「設定」>「デバイス連携」Fitbitの「同期」を押します。

注意：

※本画面はイメージ図です。

Fitbit本体からPepUpアプリへは自動同期はしません。

機器連携は1度登録すれば保持されますが、データの取り込みは都度Fitbitアプリを起動しFitbit本体の歩数を取り込んだ上で、Pep Upと同期する必要があります。

Fitbit本体



Fitbit本体→アプリへ取込



Fitbitアプリ→PepUp取込



1. Fitbitアプリを起動すると、Fitbit本体に蓄積されたデータがFitbitアプリに自動取込されます。

2. Fitbitアプリにデータが取り込まれると約1時間ほどでPep Upにもデータが同期されます