

# スマホアプリやウェアラブル 端末との連携方法



- スマホアプリの連携方法  
(Apple: ヘルスケア / Android: Google fit)
- スマートウォッチFitbitご利用の場合
- スマートウォッチGarminご利用の場合

# スマホアプリの連携方法

Pep Upのアプリを使うと、歩数を手入力しなくてもAppleのヘルスケアやGoogle Fitからスマートフォン内に保存されている歩数を自動で取得することができます。

# アプリ連携手順

## 手順1:

以下のURLからPep Upのアプリをインストールします。

## ペップアップアプリ



App Store

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

Google Play

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

# アプリ連携手順

## 手順2:

Pep Upアプリにログインします。



※本画面はイメージ図です。

# アプリ連携手順

## 手順3:

iOSの場合：iOSヘルスケアアプリと連携します。

「ソース」 - 「PepUp」とタップして連携したい項目をONにします。



各項目がONになっていることを確認してください

※本画面はイメージ図です。

# アプリ連携手順

## 手順3-1:

Androidの場合：Google Fitと連携します。

「Google Fit連携設定」をクリックします。

※Google Fitアプリをインストールしていない場合は先にインストール後、ログインして歩数データが入っていることを確認してください。



※本画面はイメージ図です。

# アプリ連携手順

## 手順3-2:

Androidの場合：

アカウントが複数ある場合は、Google Fitで歩数が確認できる連携したいアカウントを選択します。



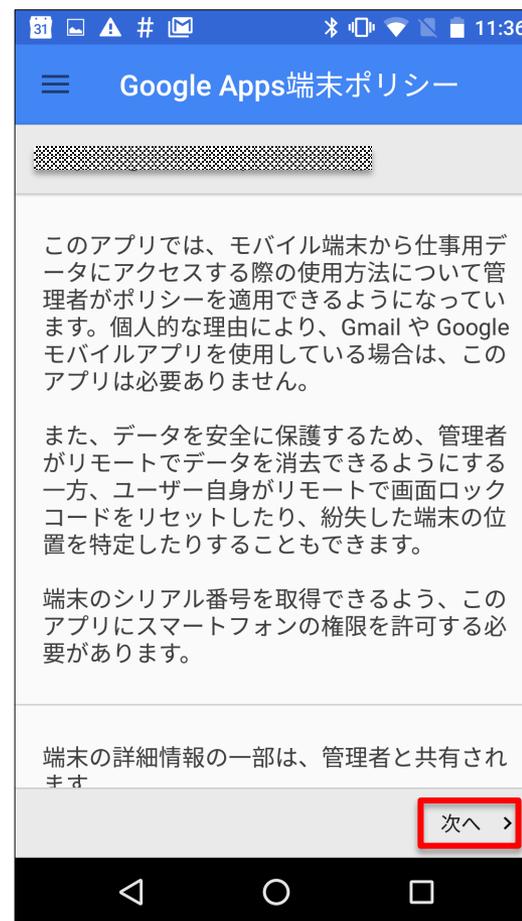
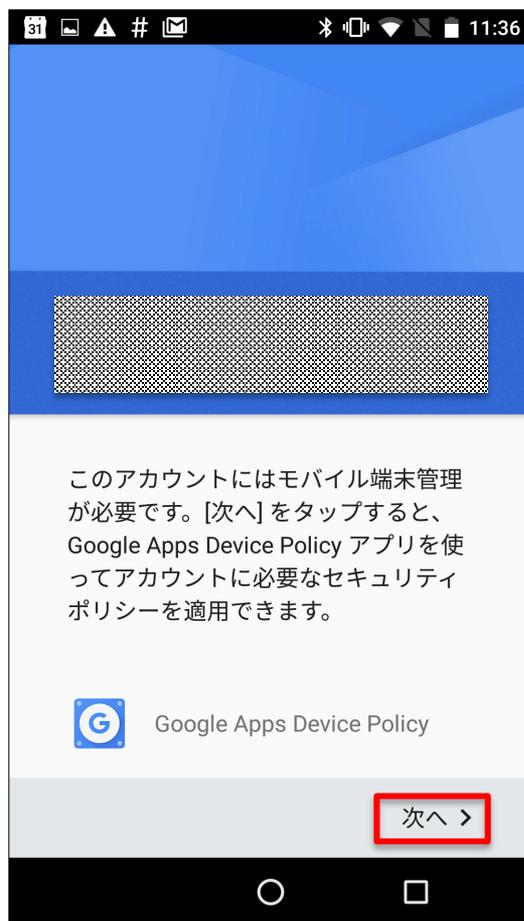
※本画面はイメージ図です。

# アプリ連携手順

## 手順3-3:

Androidの場合：  
端末ポリシーの適用画面になります。

※本画面はイメージ図です。

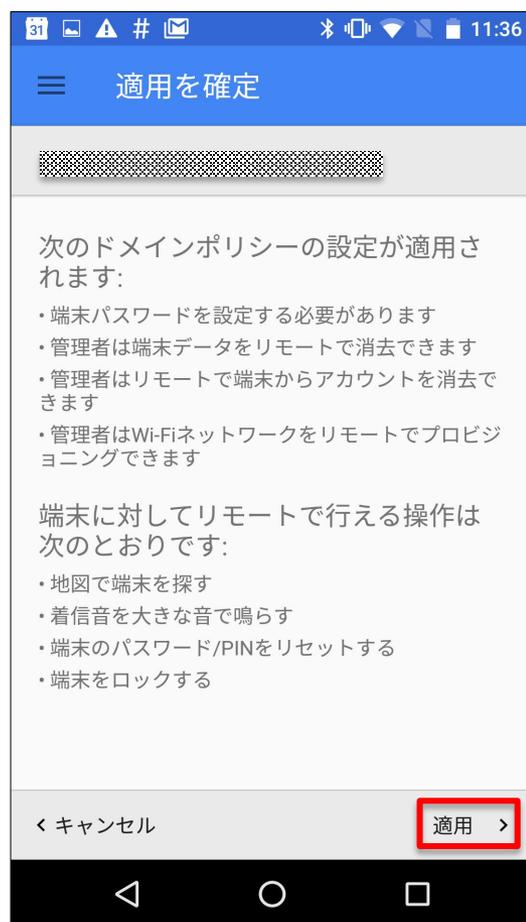


# アプリ連携手順

## 手順3-4:

Androidの場合：  
端末ポリシーの適用画面になります。

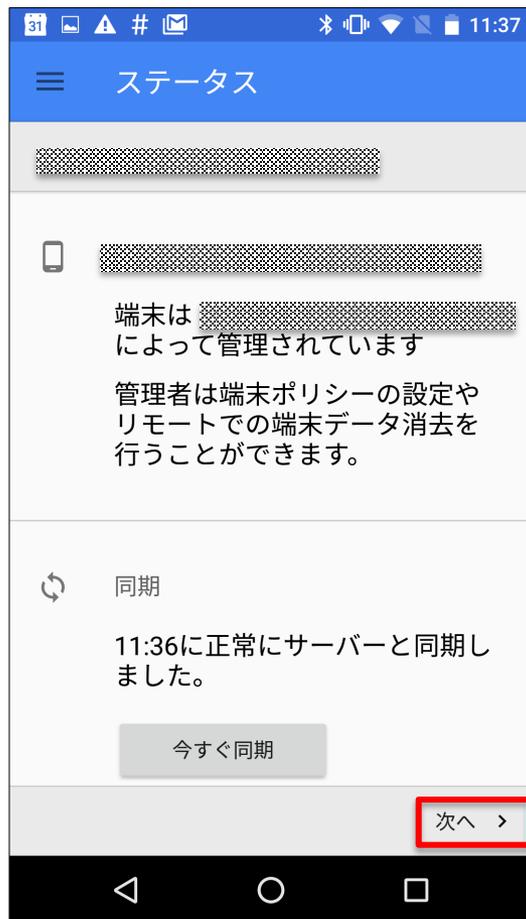
※本画面はイメージ図です。



## 手順3-5:

Androidの場合:

適用されるとステータス画面になります。



※本画面はイメージ図です。

## 手順3-6:

Androidの場合：

Pep Upによる権限リクエストを許可します。



※本画面はイメージ図です。

## 手順4:

「マイデータ」メニューの画面を下に引っ張って、データを更新します。  
更新が完了すると、最新の歩数がスマートフォンから保存されます。

## マイデータ画面



※本画面はイメージ図です。

# Fitbitの連携手順

FitbitとPep Upを連携させると、手動で歩数を入力しなくてもFitbitで集計された歩数を自動で取得することができます。

# Fitbitの連携手順

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

## 手順1:

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。



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の連携手順

**手順2** : Web版Pep Upにログイン後、「日々の記録」画面から Fitbit連携を行います  
※PepUpアプリからの連携は次ページ参照

※本画面はイメージ図です。



## 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



※ログイン画面の表示に数分かかります

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)



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



4. 「Fitbitの連携が成功しました!」と表示されます

# Fitbitの連携手順

## 手順2 : PepUpアプリからFitbitを連携することも可能です



1. PepUpにログインし、アプリ右上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 [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。（※PepUp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



4. 同期したい項目を選択し、[許可]をタップし、「Fitbitの連携が成功します。歩数同期には「アクティビティおよびエクササイズ」と表示されます。クササイズ」と「プロフィール」は必須です。



■ 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

※本画面はイメージ図です。

# Fitbitの連携手順

**手順3**：都度、Fitbitアプリを起動しFitbitデータをPepUpに取り込みます。

- ・連携は1度していただければ問題ありません
- ・FitbitアプリにFitbit（ウェアラブル端末）の歩数が取り込まれないとPepUpには反映しません



1. Fitbitアプリを起動すると、ウェアラブル端末のFitbitで記録されたデータがFitbitアプリに取り込まれます。更新には数分かかります。



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

■FitbitアプリとPepUpを強制的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。

歩数の画面を更新すると最新データになります。更新には数分かかります。

※本画面はイメージ図です。

# Garminの連携手順

GarminとPep Upを連携させると、手動で歩数を入力しなくてもGarminで集計された歩数を自動で取得することができます。

# Garminの連携手順

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

## 手順1：

アプリ「Garmin Connect」をインストールしてアカウントを作成します。

※GarminのアカウントとPepUpアカウントは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。



# GARMIN®



それぞれのスマートフォンのストアより、Garminアプリ「Garmin Connect」をインストールします。

アプリがインストールされたら、アプリを開いてアカウントを作成し、Bluetooth接続でデバイスと携帯端末を接続（ペアリング）します。

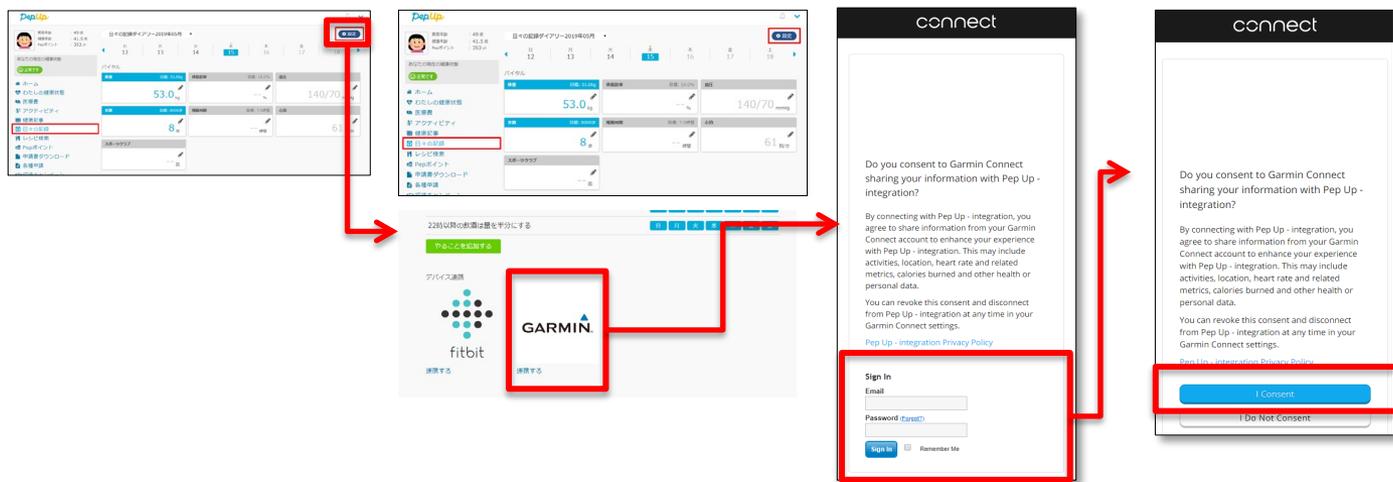
ペアリングをすることにより、デバイスと携帯端末が互いに通信（データの同期）できるようになります。

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

# Garminの連携手順

## 手順2 : PepUpにログイン後、Garmin連携を行います 「HOME」 > 「日々の記録」 > 「デバイス連携」

※PepUpアプリからの連携は次ページ参照



1. PepUpにログインし、  
「HOME」 > 「日々の  
記録」 > 「設定」ボタ  
ンを押します

2. 画面一番下のGarminア  
イコンの下の「連携する」  
リンクを押します

3. Garmin  
Connectアカウ  
ント(Pepアカウ  
ントではありま  
せん)を入力しま  
す

4. PepUPとの  
データ連携を許  
可します

※本画面はイメージ図です。

# Garminの連携手順

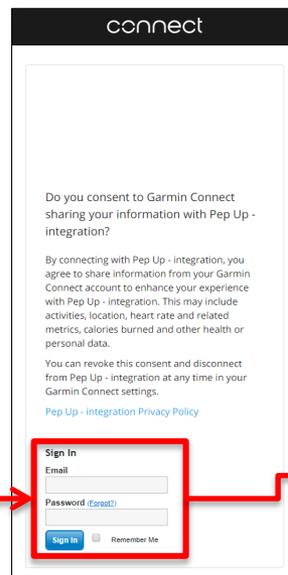
## 手順2 : PepUpアプリからGarminを連携することも可能です



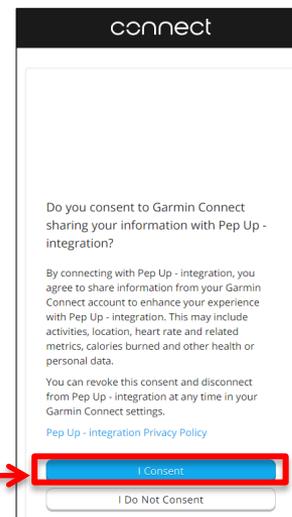
1. PepUpアプリにログインし、右上のアイコンをタップします



2. その他のメニューが表示されたら[Garmin連携設定]をタップします



3. Garmin Connectアカウント(Pepアカウントではありません)を入力します



4. PepUPとのデータ連携を許可します

■ Garmin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

※本画面はイメージ図です。

# Garminの連携手順

## 手順3：都度、Garminアプリを起動しデータをPepUpに取り込みます

- ・連携は1度していただければ問題ありません
- ・Garmin Connect アプリにGarmin（ウェアラブル端末）の歩数が取り込まれないと、PepUpには反映しません



1. Garmin Connectアプリを起動し、ウェアラブル端末と同期し、歩数を取り込みます。

2. Garmin Connectアプリで同期すると、PepUpに反映します。反映に時間がかかる場合もあります。

※本画面はイメージ図です。

# お問い合わせ先

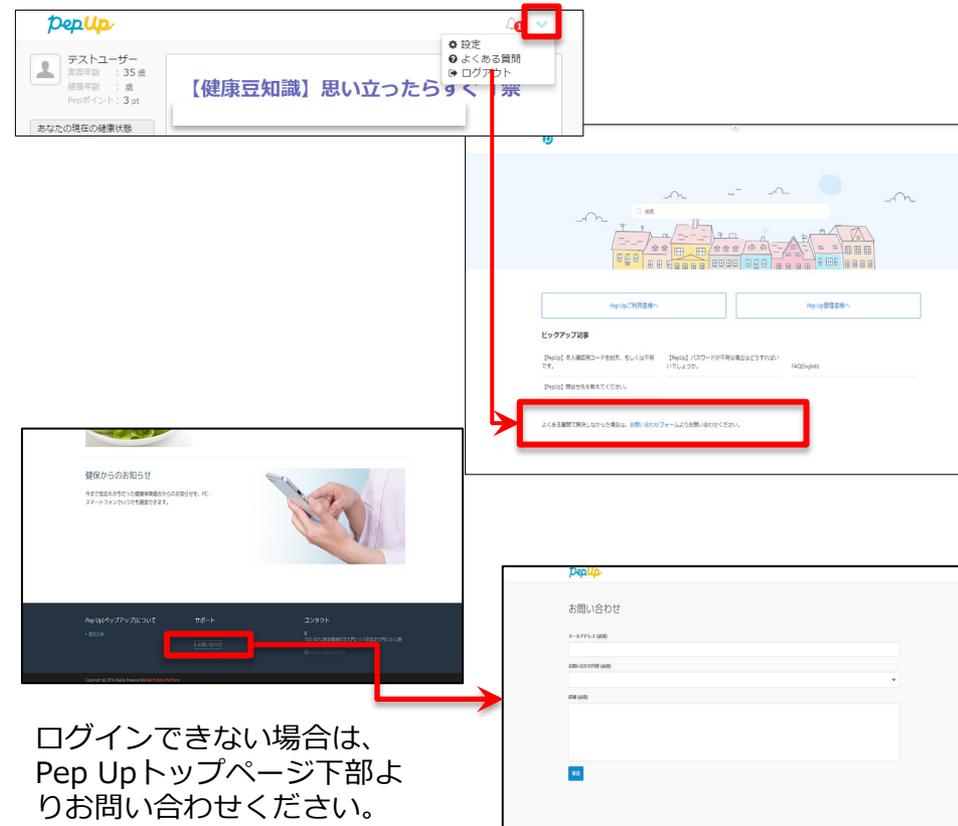
## Fitbitに関するお問い合わせ

Fitbitアプリ内右下にあるアカウント内の  
カスタマーサポートへお問い合わせください。



## Pep Upのお問い合わせ

Pep Upログイン後、ページ右上「よくある質問」より  
お問い合わせください。



ログインできない場合は、  
Pep Upトップページ下部より  
お問い合わせください。

[Pep Up お問い合わせフォーム]  
<https://pepup.life/inquiry>

※本画面はイメージ図です。