

「勉強前の弁当で学習リズムを作ろう」 トライアルに参加いただく皆さまへ

トライアルにご参加いただくにあたり下記アプリケーションの導入が必要です

① 「ポケットファーマシーアプリ」



→Fitbitアプリと連携し、
睡眠データを分析とアンケート
入力を補助します。

② 「Fitbitアプリ」



→Fitbitデバイス（リストバンド）
からのデータを読み取ります

「勉強前の弁当で学習リズムを作ろう」 トライアルに参加いただき皆さまへ

中学生や高校生のスマホ利用には、
「googleファミリーリンク」や「あんしんフィルター」などの
セキュリティー設定をされている方が多いと思います。

セキュリティー設定によるスマホ利用制限には、ダウンロード
の制限・アプリ起動の制限・bluetooth機能の制限など、いろい
ろなパターンがあります。

保護者の権限において、**一時的**に制限を解除頂き、ダウンロード
とインストール、特定アプリの起動が可能となるようにして
から、次頁へお進みください。

**設定が完了していただきましたら、再度お子さまのスマホにセ
キュリティーの設定をしていただけます。**

4パターンの設定方法があります

現在設定が出来ていない方も大丈夫です。

		アプリのダウンロードと設定		
	内 容	お子さんのスマホ	お父さま OR お母さまのスマホ	毎日の操作のし易さ
設定1	ポケットファーマシー ダウンロードと登録	○		◎
	Fitbitアプリ ダウンロードと設定	○ お子さまのGoogleアカウントを利用		
設定2	ポケットファーマシー ダウンロードと登録	○		◎
	Fitbitアプリ ダウンロードと設定	○ お父さまのGoogleアカウントを利用 又はお母さまのGoogleアカウントを利用		
設定3	ポケットファーマシー ダウンロードと登録	○		○
	Fitbitアプリ ダウンロードと設定		○ お父さまのGoogleアカウントを利用 又はお母さまのGoogleアカウントを利用	
設定4	ポケットファーマシー ダウンロードと登録		○	○
	Fitbitアプリ ダウンロードと設定		○ お父さまのGoogleアカウントを利用 又はお母さまのGoogleアカウントを利用	

設定パターン1



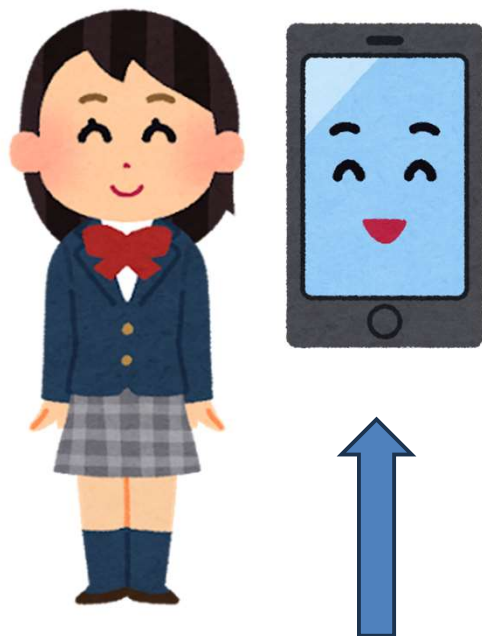
お子さまのスマホに

- ①ポケットファーマシーのダウンロードと登録
 - ②Fitbitアプリのダウンロードと設定
- 設定は**お子さまの「Googleアカウント」**を使います



日々のアンケート回答も、Fitbitとアプリの同期もお子さまのスマホのみで行えます。

設定パターン2



お子さまのスマホに

①ポケットファーマシーのダウンロードと登録を行ってください

②Fitbitアプリのダウンロードと設定を行ってください

→「お父さま」の「Googleアカウント」
又は、「お母さま」の「Googleアカウント」
で設定出来ます。



日々のアンケート回答も、Fitbitとアプリの同期もお子さまのスマホのみで行えます。

お父さま・お母さまのスマホに認証のリクエストが届くことがあります。

設定パターン3



お子さまのスマホに

①ポケットファーマシーのダウンロードと登録を行ってください

「お父さま」または「お母さま」のスマホに

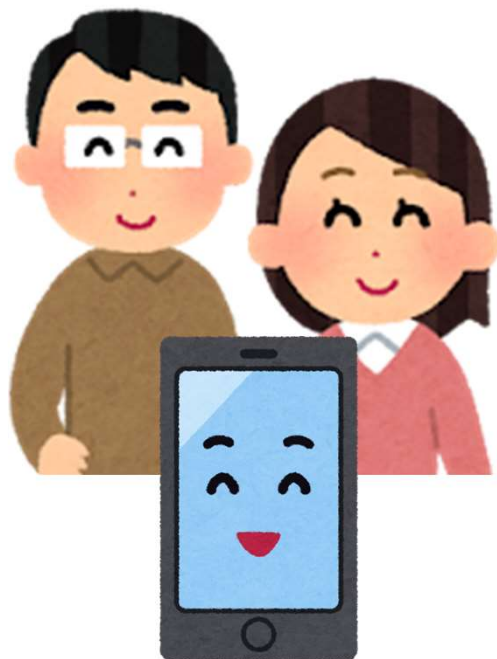
②Fitbitアプリのダウンロードと設定を行ってください

→ 「お父さま」の「Googleアカウント」
又は、「お母さま」の「Googleアカウント」
で設定します。



日々のアンケート回答はお子さまのスマホで、Fitbitとアプリとの同期は保護者様のスマホで行っていただきます。

設定パターン4



「お父さま」または「お母さま」のスマホに

- ①ポケットファーマシーのダウンロードと登録
- ②Fitbitアプリのダウンロードと設定を行ってください
→ 「お父さま」の「Googleアカウント」
又は、「お母さま」の「Googleアカウント」
で設定します。



日々のアンケート回答も、Fitbitとアプリの同期も保護者さまのスマホで行っていただきます。

お子さまのスマホ・Googleアカウントが無い方はこちらの設定になります

設定を始めましょう！（お子さんのスマホ・Googleアカウントのある方）

お子さんのスマホで作業します

ポケットファーマシーのアプリをダウンロードしましょう

できた

できない

設定パターン4で
設定しましょう

ポケットファーマシーの登録をしましょう

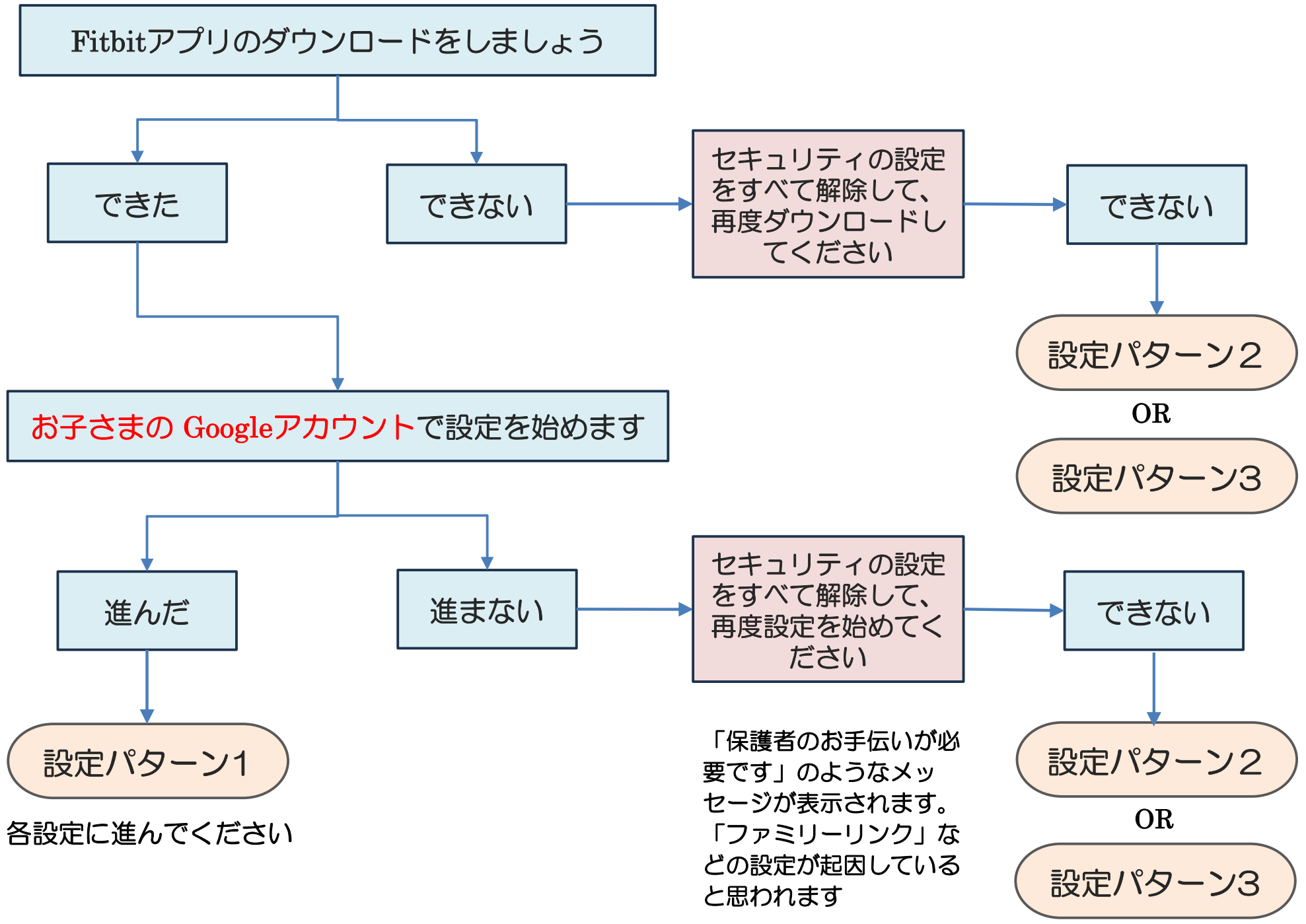
できた

できない

ポケットファーマシーはダウンロードできれば、登録は可能です。入力内容（必須項目など）を確認してみてください



Fitbitアプリのダウンロードに進む



Fitbitアプリのダウンロードをしましょう

できた

できない

セキュリティの設定をすべて解除して、再度ダウンロードしてください

できない

設定パターン2

OR

設定パターン3

お子さまの Googleアカウントで設定を始めます

進んだ

進まない

セキュリティの設定をすべて解除して、再度設定を始めてください

できない

設定パターン1

各設定に進んでください

「保護者のお手伝いが必要です」のようなメッセージが表示されます。「ファミリーリンク」などの設定が起因していると思われる

設定パターン2

OR

設定パターン3

下記日時にて「設定サポート」いたします

設定が完了されていない方は、設定説明会にご参加ください

8/20（火）	12：00～	特進館学院さまにて
8/21（水）	12：00～	特進館学院さまにて

設定に関する質問はメールにてご連絡ください。
大変申し訳ございません。返信は8/14（水）以降になります。ご了承ください。

Email osanai_c@mfc-net.jp
(株) メディカルフロント・小山内

特進館学院さま

「勉強前の弁当で学習リズムを作ろう」
トライアル参加者向け設定について

2024/08/02・2024/08/03



メディカルフロント

内容

1. ポケットファーマシーのダウンロードと登録
2. FitbitアプリのダウンロードとFitbitデバイスの登録
3. Fitbitデバイスとアプリの同期
4. ポケットファーマシーとFitbitデバイスの外部連携
5. ポケットファーマシーからのFitbit睡眠データ取得
6. 「毎日のアンケート」「随時アンケート」回答について
7. 心拍数取得について

5・6・7につきましては説明のみとなります。

1. ポケットファーマシーのダウンロードと登録

- ①ポケットファーマシーのアプリをダウンロードします。
「App Store」または「Google Play」よりダウンロードしてください。



App Store



Google Play



QRコードを
読み込みます



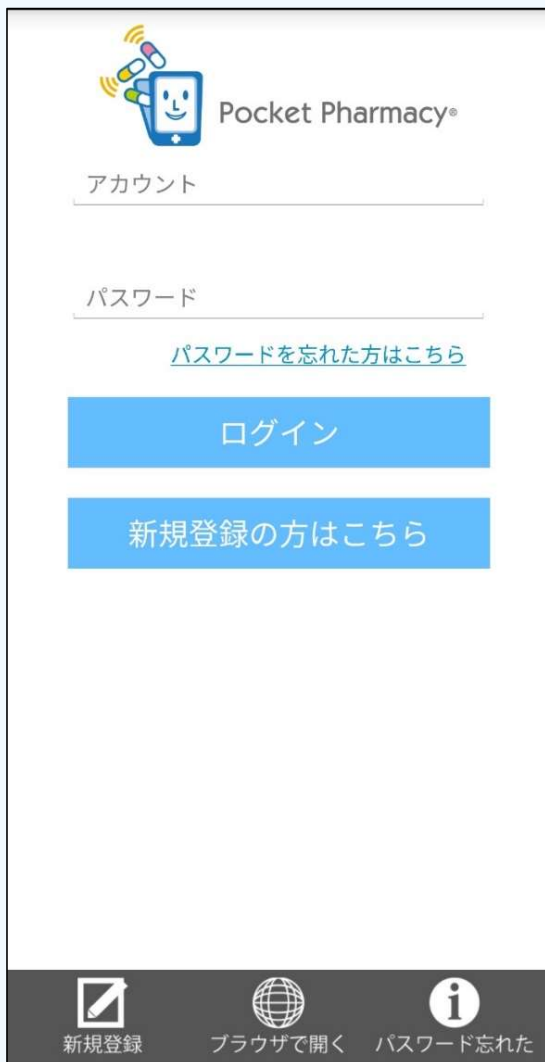
「開く」または
「インストール」で
アプリをダウンロード
します。



ダウンロードを完了後、
「開く」を
タップします



②「新規登録の方はこちら」
をタップします



Pocket Pharmacy®

アカウント

パスワード

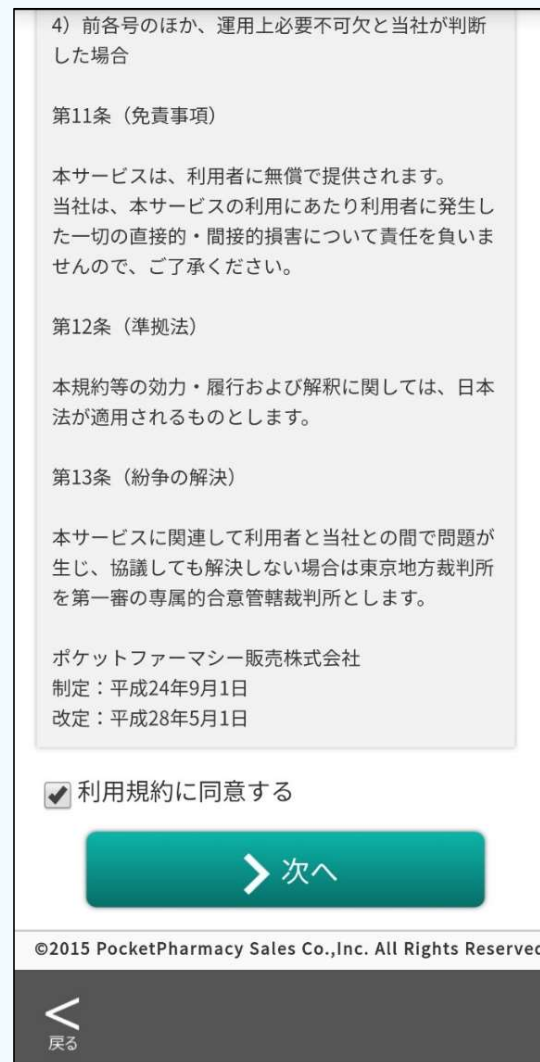
[パスワードを忘れた方はこちら](#)

ログイン

新規登録の方はこちら

新規登録 ブラウザで開く パスワードを忘れた

③利用規約を確認いただき、「同意する」を
チェックして「次へ」をタップします



4) 前各号のほか、運用上必要不可欠と当社が判断した場合

第11条 (免責事項)

本サービスは、利用者に無償で提供されます。
当社は、本サービスの利用にあたり利用者に発生した一切の直接的・間接的損害について責任を負いませんので、ご了承ください。

第12条 (準拠法)

本規約等の効力・履行および解釈に関しては、日本法が適用されるものとします。

第13条 (紛争の解決)

本サービスに関連して利用者と当社との間で問題が生じ、協議しても解決しない場合は東京地方裁判所を第一審の専属的合意管轄裁判所とします。

ポケットファーマシー販売株式会社
制定：平成24年9月1日
改定：平成28年5月1日

利用規約に同意する

次へ

©2015 PocketPharmacy Sales Co.,Inc. All Rights Reserved.

戻る

④ アカウントとパスワードを設定します

Ver.5.2.7.1

新規アカウント登録

アカウント(必須)

pocket0123
※半角英数字 5文字以上20文字以内

パスワード(必須)

.....

パスワード(確認用)(必須)

.....
※半角英数字 8文字以上

プロフィール

※プロフィールは薬局に提出する保険証、等に
記載されている内容を正確に入力して下さい。

氏名(全角)(必須)

姓: 例) 田中
名: 例) 太郎

フリガナ(全角カナ)(必須)

姓: 例) タナカ
名: 例) タロウ

< 戻る

⑤ プロフィール(必須項目)を入力します

氏名(全角)(必須)

姓: ポケファマ
名: 太郎

フリガナ(全角カナ)(必須)

姓: ポケファマ
名: タロウ

生年月日(必須)

1980(昭和55)年 ▼
1月 ▼
1日 ▼

性別(必須)

男性 女性

緊急連絡先(必須)

09012345678

登録する

©2015 PocketPharmacy Sales Co.,Inc. All Rights Reserved.

< 戻る

⑥ 「登録する」をタップします。

氏名 (全角) (必須)

姓: ポケファマ
名: 太郎

フリガナ (全角カナ) (必須)

姓: ポケファマ
名: タロウ

生年月日 (必須)

1980(昭和55)年
1月
1日

性別 (必須)

男性 女性

緊急連絡先 (必須)

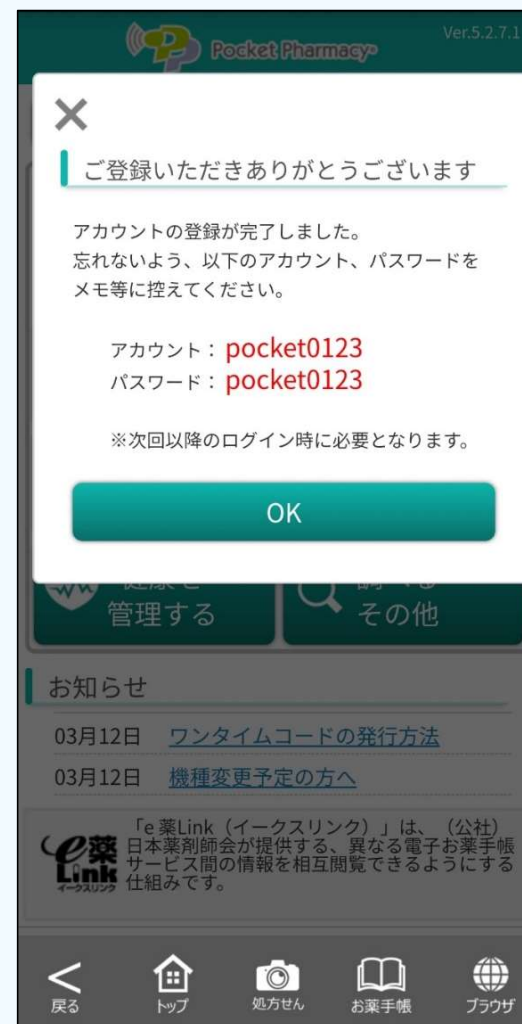
09012345678

登録する

©2015 PocketPharmacy Sales Co.,Inc. All Rights Reserved.

⑦ アカウントとパスワードをメモ・又はスクリーンショットを撮ってください

アカウントを忘れてしまうとログインできなくなりますので注意してください。



2. FitbitアプリのダウンロードとFitbitデバイスの登録

- ①Fitbitアプリをダウンロードします。
「App Store」または「Google Play」よりダウンロードしてください。



App Store



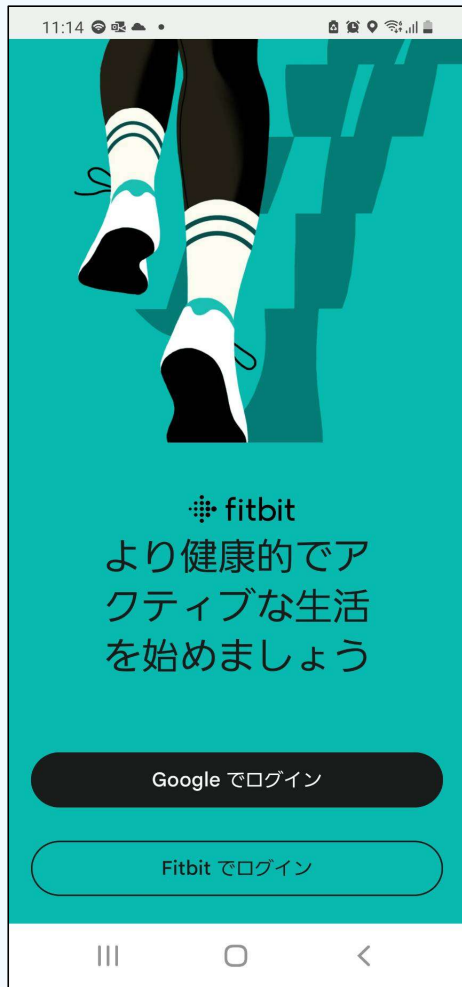
Google Play

Fitbitアプリの新規登録はGoogleアカウントのみです。

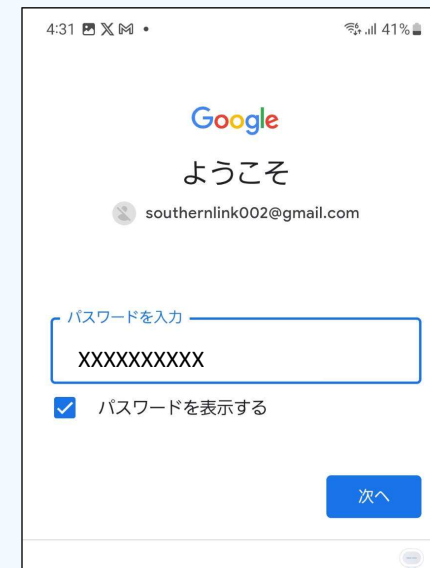
始めてFitbitデバイスを利用する方は
ご自分の既存のGoogleアカウントを利用してください。

Bluetooth をオンにしてください。

② 「Googleでログイン」を進みます。



③ お子さんのGoogleアカウントの「メールアドレス」と「パスワード」を入力し、セットアップのガイドに沿って進んでください。



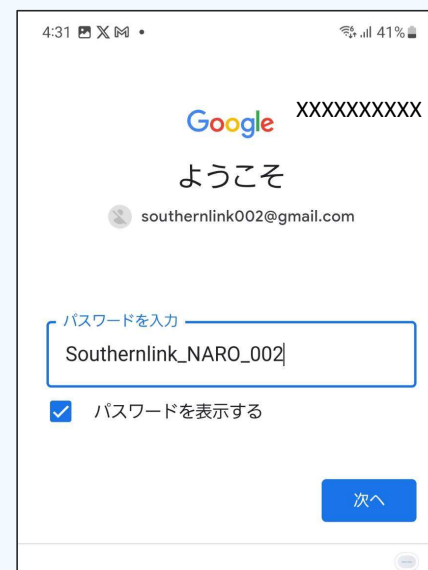
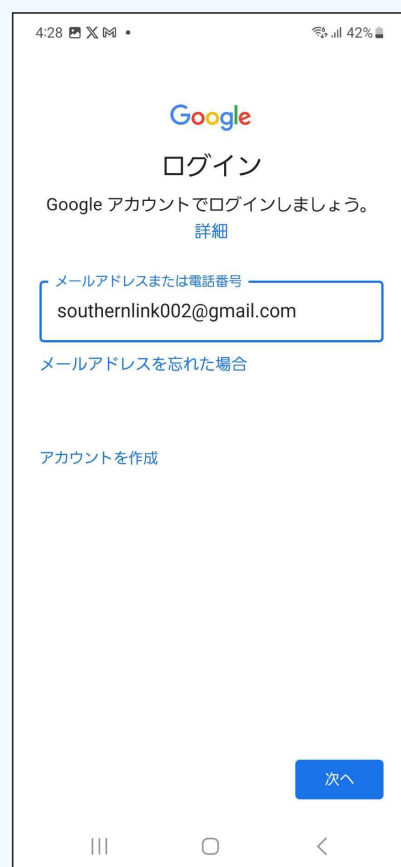
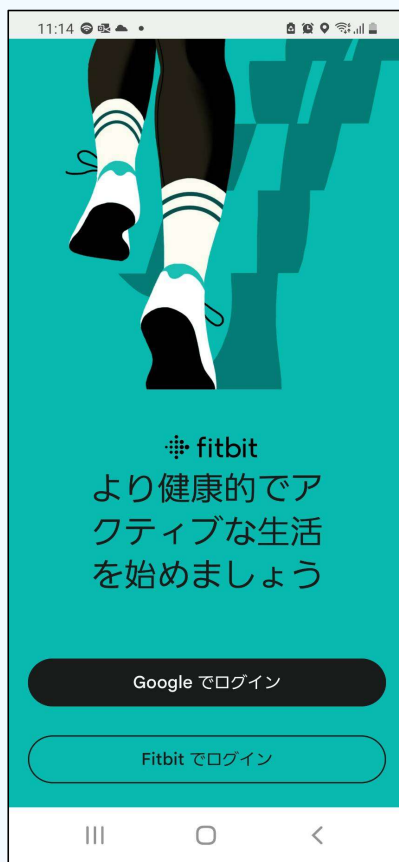
設定パターン2

設定パターン3

設定パターン4

の方へ

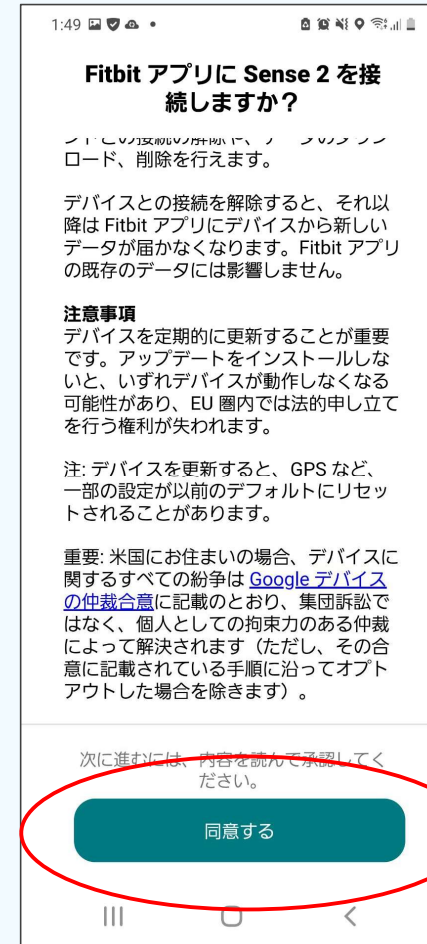
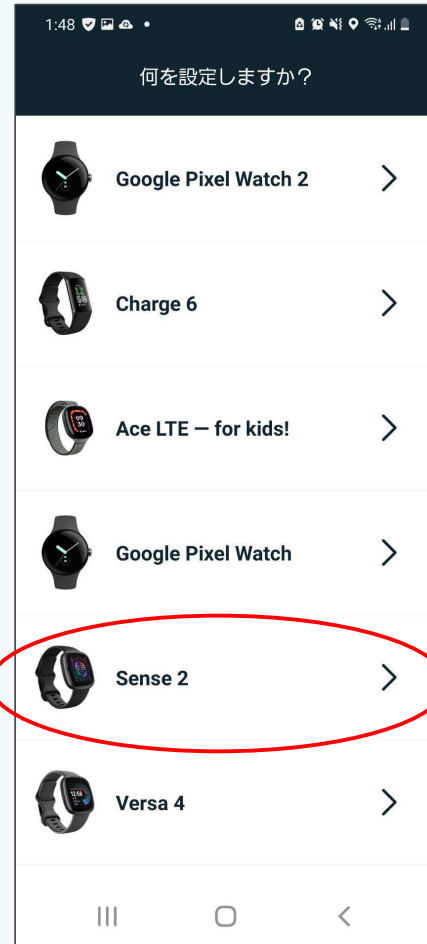
お父さま・又は・お母さまのGoogleアカウントの
「メールアドレス」と「パスワード」を入力し、セットアップのガイドに沿って
進んでください。



④ 位置情報の設定をすべて「許可」します



⑤ Fitbitデバイスのペアリングとリンクを行います



Fitbitデバイスをスマホの近くに置いて、ペアリングと同期を行います。少し時間がかかる場合があります。

⑥ デバイスの画面に表示されている4桁の番号を入力して、ペアリングをします





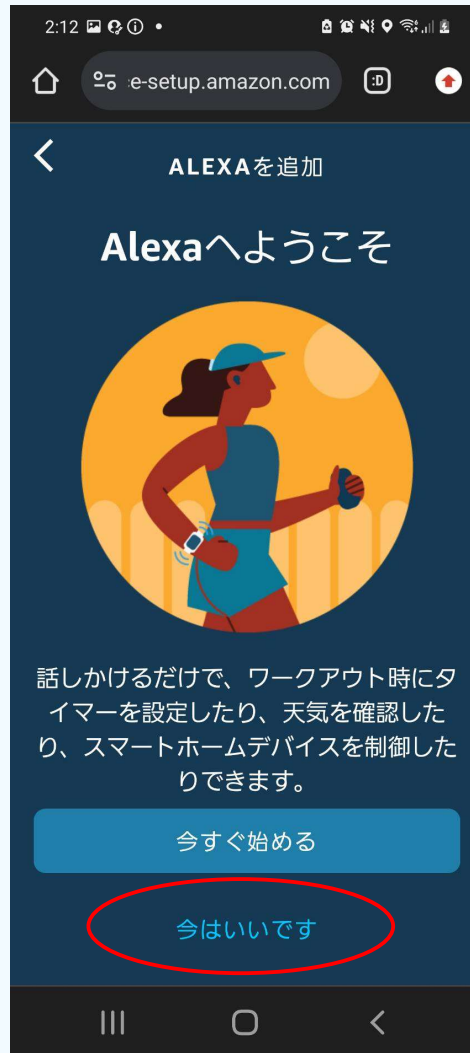
ペアリングコードが表示されない

Sence2 を探してるが、Fitbitデバイスに4ケタの数字が表示されず、ペアリングコードが入力できない場合下記の操作を試してみてください

Fitbitデバイスをリセットしてみる
→ 左のボタンを画面が消えるまで押し続ける（10秒位）

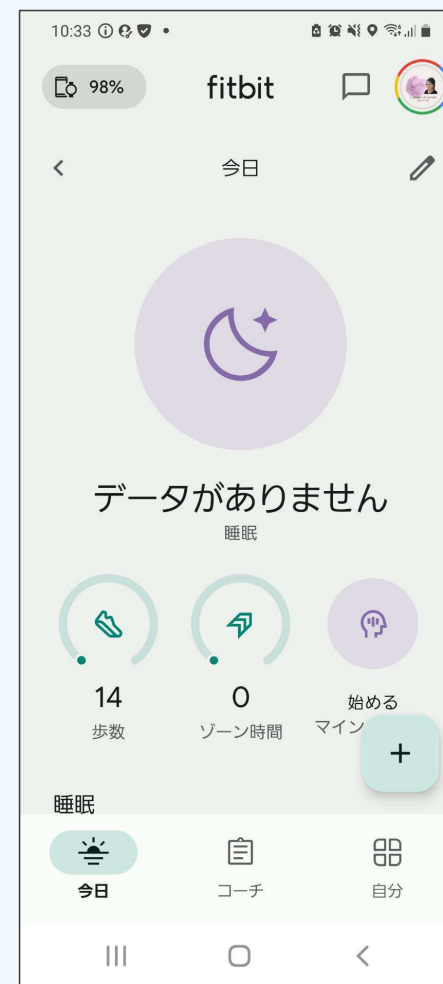
同じ状況が続く場合は、Fitbitアプリを一度「アンインストール」し、再度ダウンロードからスタートする。

- ⑦ ペアリングの間、AMAZON alexaの設定案内が表示されますが、「後で」または「今はいいです」を選択してください。



⑧ Fitbit Premium 6ヶ月無料メンバーシップの案内が表示されます
絶対申し込みしないようにしてください。

⑨ この画面が表示されたら
セットアップ完了です。

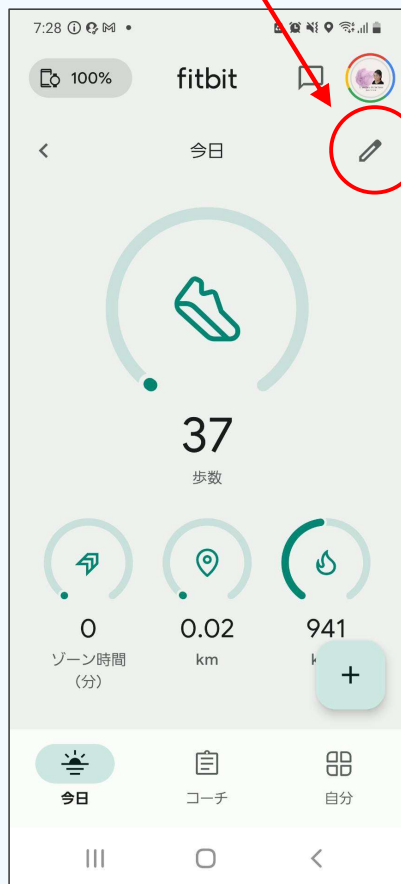


初期画面に「月」



が表示されていない

ここをクリック



スライドします

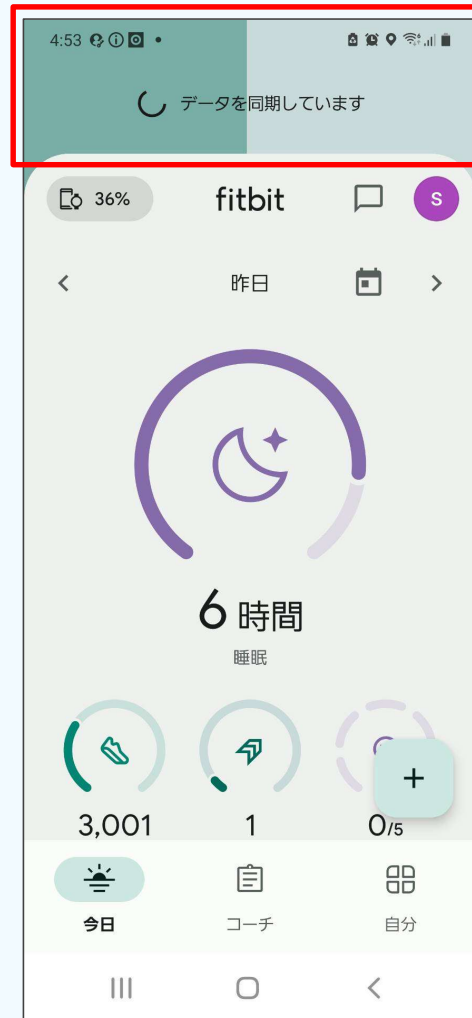


保存します



3. Fitbitデバイスとアプリの同期

Fitbitデバイスとアプリの同期を随時行ってください



睡眠データの分析の前に、同期が必要です

睡眠データの取得と分析のため、Fitbitデバイスを着けて就寝してください。起床後、ポケットファーマシーで睡眠データの分析取り込みを行う前に、同期を行ってください。


指で画面を押しながら下にドラッグします。
Fitbitデバイスとの同期が行われます。（画面の上部で確認できます）

Fitbitデバイスで時刻を修正するには？

Fitbit デバイスで時刻を修正するにはどうしたらよいですか？

タイムゾーンを変更し、同期した後でもデバイスの時刻が正確でない場合は、Fitbit アプリのタイムゾーンが正しいかどうかを確認します。

Google アカウントでログインしている場合

1. Fitbit アプリの [今日] タブ  で、**プロフィール写真** > **[Fitbit の設定]** をタップします。
2. [アプリの設定] セクションで **[日付、時刻、単位]** をタップします。
3. **[タイムゾーン]** をタップします。
4. **[自動設定]** オプションをオフにして、正しいタイムゾーンを選択します。
5. Fitbit デバイスを同期します。
6. それでも時刻が正しく表示されない場合は、Fitbit アプリからログアウトしたうえで再度ログインし、もう一度同期してください。

設定後「同期」してください

4. ポケットファーマシーとFitbitデバイスの外部連携

① 「設定」を
タップします。



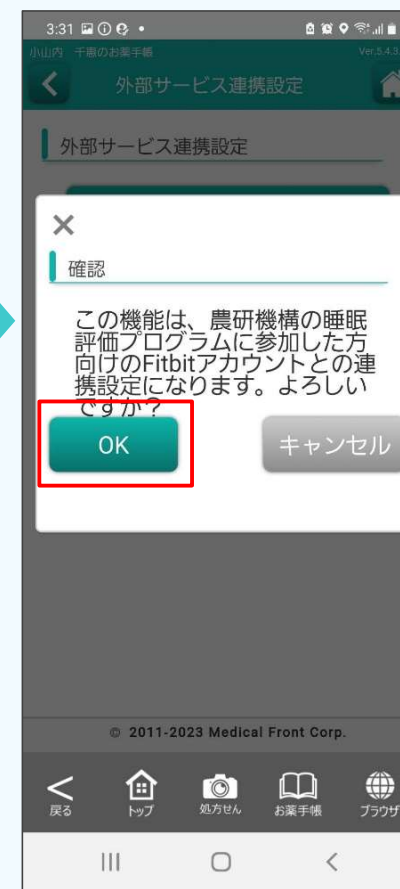
② 「外部サービス携」
をタップします。



③ 「睡眠情報と連携する」
をタップします。



④ 「OK」を
をタップします。



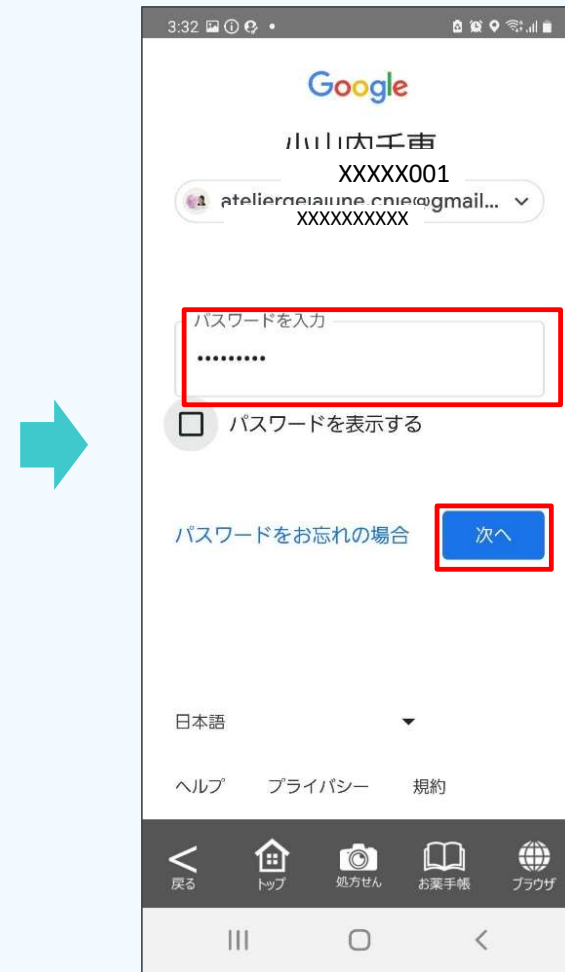
⑤ 「Googleで続ける」
をタップします。



⑥ 「メールアドレス」
を入力し、次へ進みます。



⑦ 「睡眠情報と連携する」
をタップして次へ進みます。



設定パターン2

設定パターン3

設定パターン4

の方は


お父さま・又は・お母さまのGoogleアカウントの
「メールアドレス」と「パスワード」を入力してください

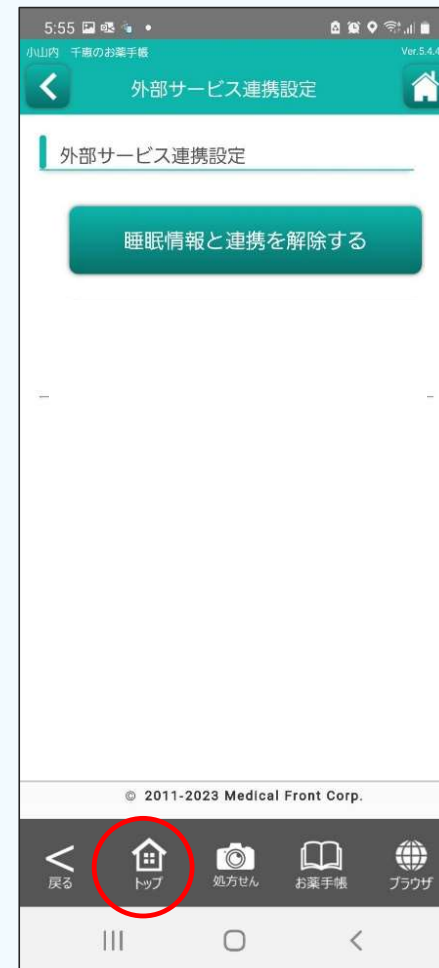
⑧確認画面で「はい、私です」をタップします。



⑨「OK」をタップします。



⑩  で初期画面に戻ります。



ここまでで設定は終了です

次ページ以降は8/26（月）からの操作になりますので
目を通していただくようお願いいたします。

5. ポケットファーマシーからのFitbit睡眠データ取得

① 「服薬・健康管理」
をタップします。

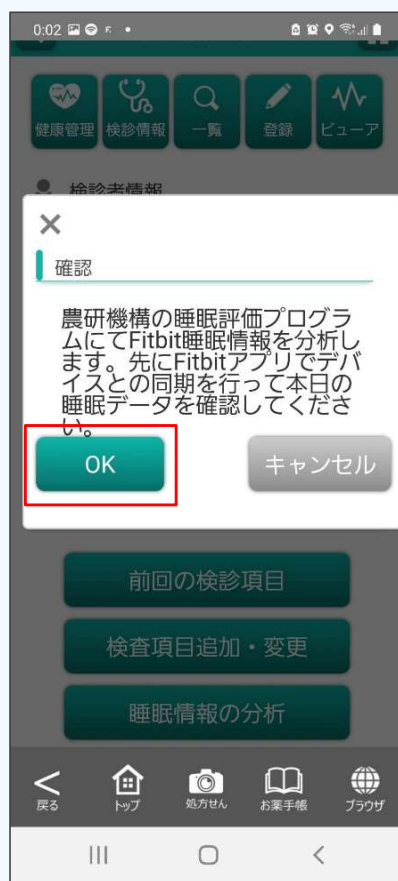
② 「健康管理」
をタップします。

③ 「登録」
をタップします。

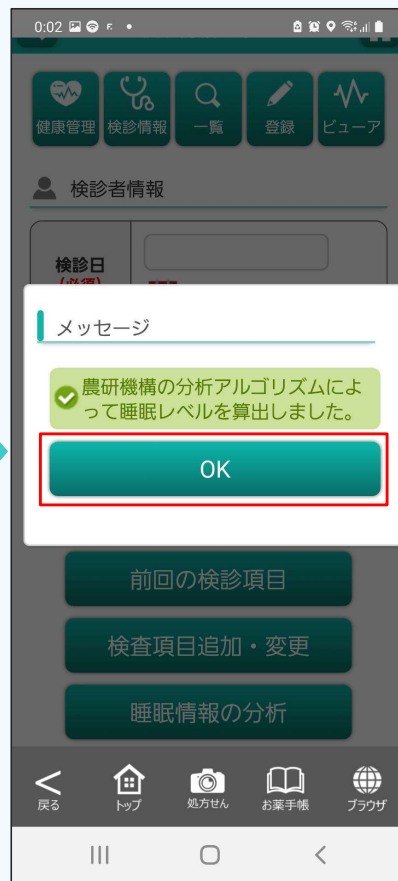
④ 「睡眠情報の分析」
をタップします。



⑤ 「OK」
をタップします。



⑥ 「OK」
をタップします。



⑦ 「一覧」
をタップします。



⑧ 「詳しく見る」
をタップします。



⑨睡眠レベルを確認
できます。

⑥「ビューア」をタップ
して、グラフでも確認できます。

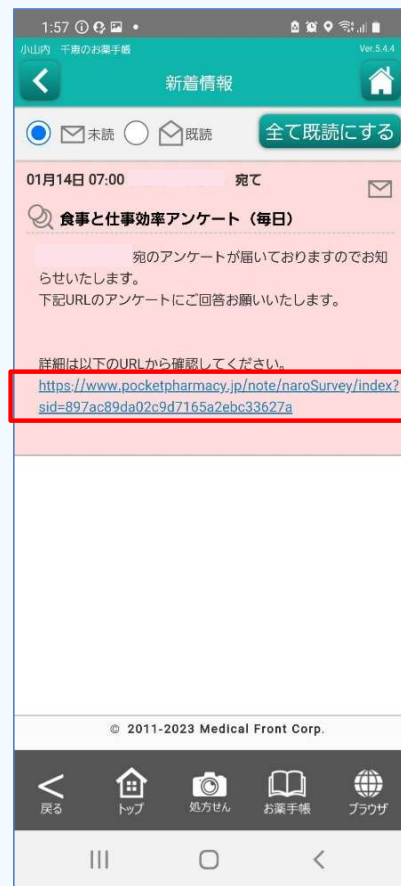


6. 「毎日のアンケート」「随時アンケート」回答について

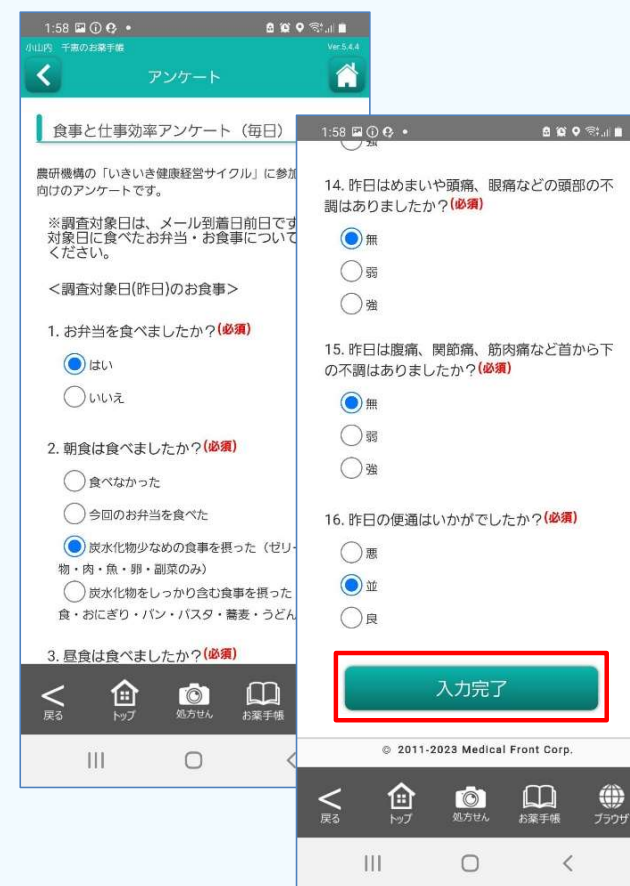
① 「新着」のところにアンケートが届きます



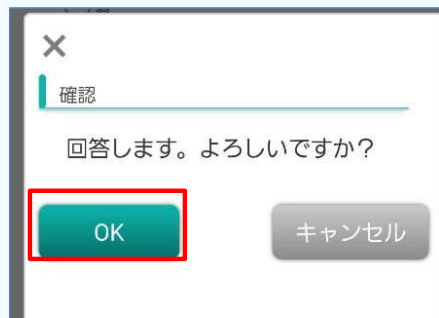
② アンケートのURLをタップします



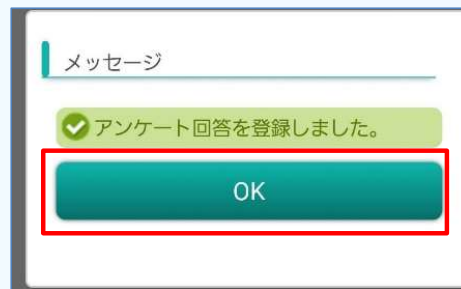
③ アンケートに答えて「入力完了」をタップします



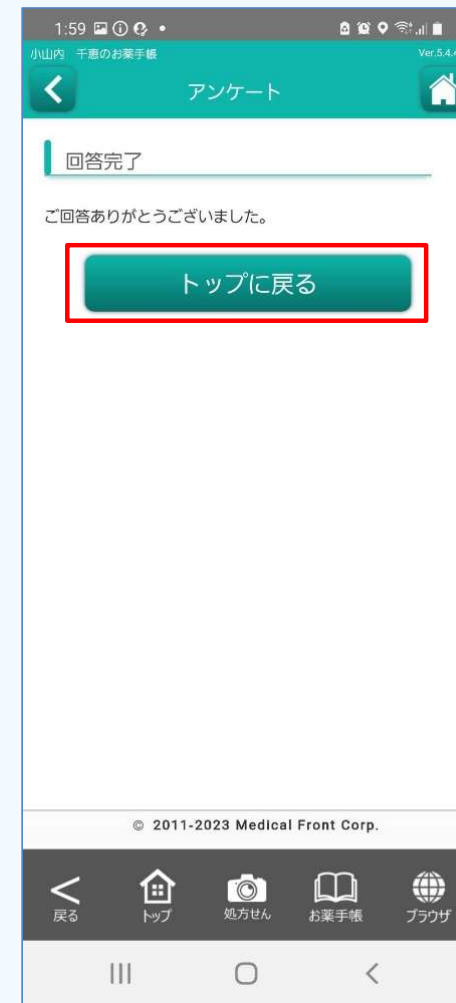
④ 「OK」で進みます

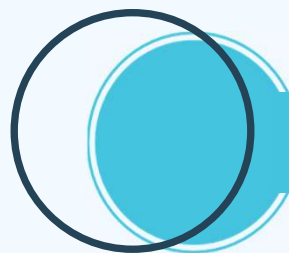


⑤ 「OK」で進みます



⑥ 「トップに戻る」で初期画面に戻ります





毎日のアンケートについて

8/26（月）から毎日22：00届きます。
回答は22:00以降、翌日のお昼位までにしてください。

当日の内容についてお答えください。
回答を忘れた際は、2日分・3日分まとめての回答ができますが、なるべく1日分ずつご回答ください。
回答したかどうかの確認は、再度同じURLをクリックしてみてください。回答済の場合は「既に回答が済んででいます」のメッセージが表示されます。


ポケットファーマシーにメールアドレスを登録していただくと、そちらにも届きます。



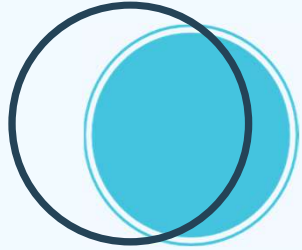
毎日ではないアンケートもあります

- コーセーさまの肌質アンケート
- ストレスアンケート
- 体重の増減アンケート
は参加期間に4回届きます

毎日のアンケートに追加で届きますので、ご回答お願いいたします。



7.心拍数取得について



Fitbitアプリからの心拍数取得につきましては、当初予定しておりました「プログラムによる自動取得」から「参加の方によるファイルダウンロード」に変更となりました。

参加期間が終了した時点にて作業をお願いいたします。
操作方法につきましては、後日改めてご案内させていただきますので、ご協力いただけますようお願いいたします。

尚、ファイルダウンロードに関しましては、PC用の「Fitbitアプリケーション」にて行っていただくこととなります。

補足：操作について

設定により、お子さまのスマホ・ご両親のスマホ
それぞれ行っていただく操作が異なります

設定	操作	お子さん本人の スマホでの操作	ご両親どちらかの スマホでの操作
設定1	アンケート回答（ポケットファーマシーにての操作）	○	—
	睡眠データ取り込み（ポケットファーマシーにての操作）	○	—
	Fitbitデバイスとアプリの「同期」 （スマホのFitbitアプリにての操作）	○	—
設定2 （その1）	アンケート回答（ポケットファーマシーにての操作）	○	—
	睡眠データ取り込み（ポケットファーマシーにての操作）	○	—
	Fitbitデバイスとアプリの「同期」 （スマホのFitbitアプリにての操作）	○	—
設定3 （その2）	アンケート回答（ポケットファーマシーにての操作）	○	—
	睡眠データ取り込み（ポケットファーマシーにての操作）	○	—
	Fitbitデバイスとアプリの「同期」 （スマホのFitbitアプリにての操作）	—	○
設定4	アンケート回答（ポケットファーマシーにての操作）	—	○
	睡眠データ取り込み（ポケットファーマシーにての操作）	—	○
	Fitbitデバイスとアプリの「同期」 （スマホのFitbitアプリにての操作）	—	○