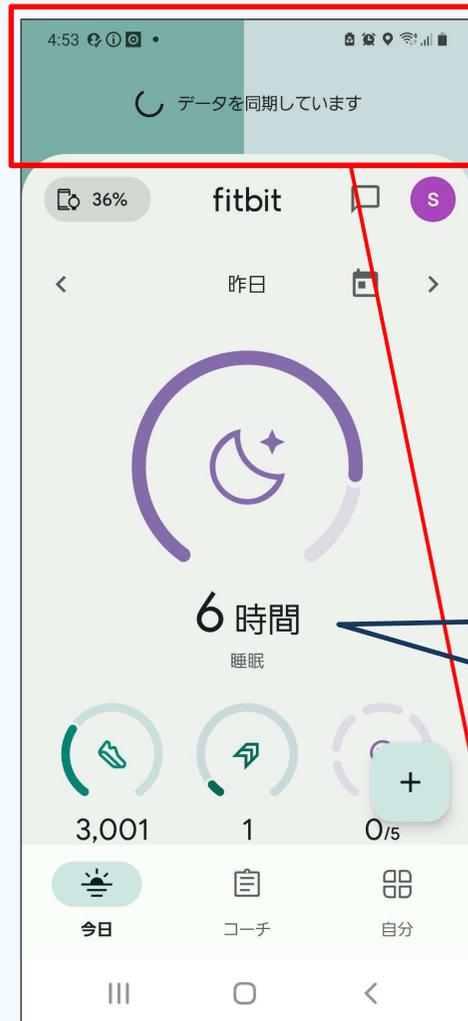


# ①Fitbitデバイスとアプリの同期をしましょう



睡眠データの分析の前に、「同期」を行きましょう！

睡眠時間が表示されていることを確認しましょう！

指で画面を押しながら下にスライドします。  
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）

## ②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。



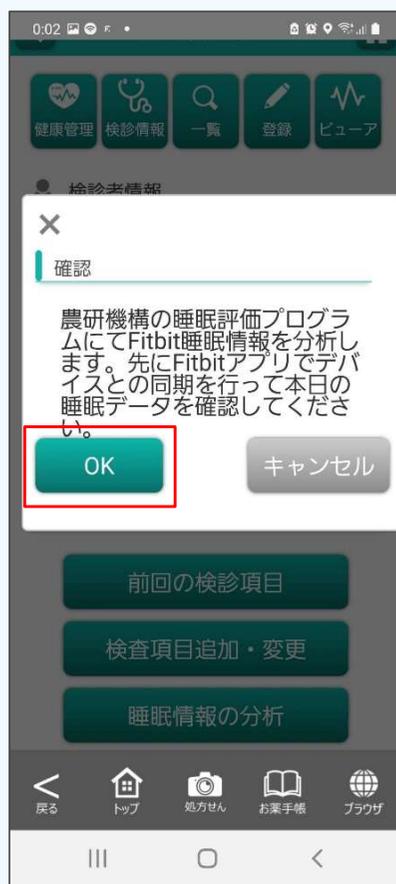
③「登録」をタップします。



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。



数字が入ってい  
ればOKです

⑥「ビューア」をタップ  
して、グラフでも確認できます。



# ◆複数日の睡眠データを取り込む場合の注意点◆

例：昨日・一昨日の睡眠データも取り込みたいとき



本日の睡眠データが無い場合は、昨日・一昨日のデータを取り込みできません

本日の睡眠時間が表示されている場合は、昨日・一昨日のデータも取り込みます

