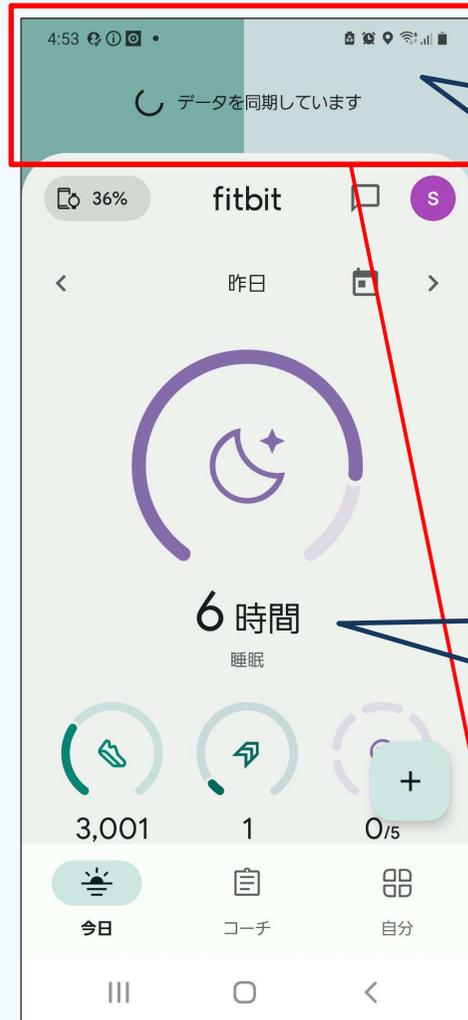


①Fitbitデバイスとアプリの同期をしましょう



睡眠データの分析の前に、「同期」を行きましょう！
数日分の同期が行なわれます

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）

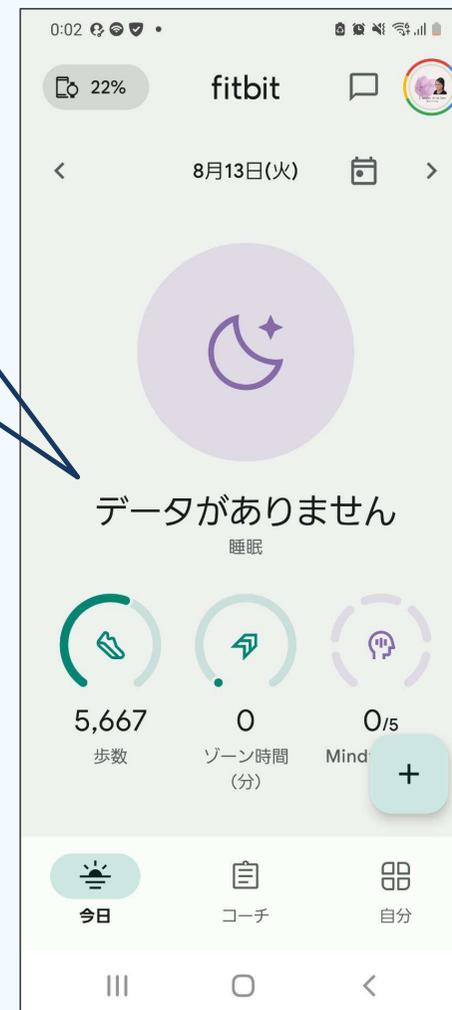
例：昨日・一昨日の睡眠データも取り込みたいとき



注意

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・そ
の前のデータも取
り込めます



◆本日以前の睡眠データをまとめて取り込む場合◆

「本日の睡眠データがある」場合のみ
「本日より前の睡眠データ」を取り込みます。

「本日の睡眠データがある」場合は
ポケットファーマシーから「睡眠データの取得」を
実行してください。

「取り込みます」のメッセージが表示されたら
すべて「OK」で進んでください