

# Android 版:「健康日記」 ダウンロード・初期設定の流れ

---

2024年10月15日



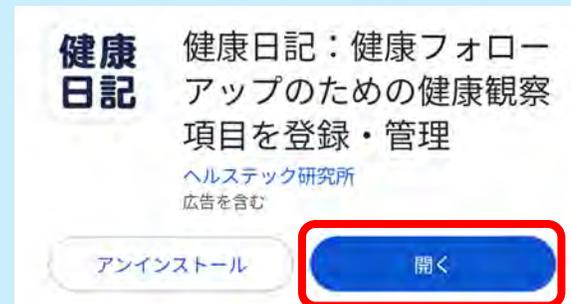
株式会社ヘルステック研究所

# 目次

1. 「健康日記」、ダウンロード
2. 「健康日記」新規登録
3. 「健康日記」とヘルスケアに関するアプリとのデータ連携
4. 「ヘルスコネクト」ダウンロード
5. 「ヘルスコネクト」とのデータ連携
6. 「Google Fit」ダウンロード
7. 「Google Fit」の初期設定
8. 「ヘルスコネクト」と「Google Fit」の連携

# 1. 「健康日記」ダウンロード

「Playストア」アプリで「健康日記」を検索してインストールするか、以下の二次元QRコードを読み取ってインストールしてください。



## 2. 「健康日記」新規登録



①「設定する」を押す。



②健康日記アプリ利用規約とプライバシーポリシーを確認の上、「同意する」を押す。

## 2. 「健康日記」新規登録

ようこそ健康日記アプリへ

# 健康日記

メールアドレスとパスワードを入力して無料ユーザー登録をしてください。

③ メールアドレス  
@の前まで入力してください。 @yahoo.co.jp

パスワード (6文字以上)  パスワードを表示

④ パスワード (確認用)  パスワードを表示

⑤ 新規登録

すでに登録済みの方はこちら

③お使いのメールアドレスの @の前までを入力し、  
を押して、  
@以降を選択。

④英数字6文字以上で  
パスワードを作成して入力。  
(確認用) も  
同じパスワードを  
入力する。

⑤「新規登録」を押す。

# 健康日記

メールアドレスとパスワードを入力して無料ユーザー登録をしてください。

通知の送信を健康日記に許可しますか？

⑥ 許可

許可しない

新規登録

すでに登録済みの方はこちら

⑥通知の送信の許可  
「許可」「許可しない」  
どちらかを選択する。

※健康日記へは主にアプリの運用に関する通知が届きます。  
ウォーキングチャレンジに関する連絡は、別途メールにて届きます。

## 2. 「健康日記」新規登録

ようこそ健康日記アプリへ

下記の情報を入力して「設定する」ボタンをタップしてください。  
\*後ほど変更も可能です。

⑦ ニックネーム

⑧ 生年月日 1980 年 1 月 1 日

性別 無回答

身長  cm

体重  kg

お住まい

職種

自動バックアップ  有効  無効  
1日1回、自動的にバックアップを保存します。

⑨ バックアップパスワード

必要な項目を入力してください

⑩

⑦「ニックネーム」を入力。

⑧生年月日、性別などを入力。（任意項目）

⑨「バックアップパスワード」を設定して入力。  
※データの復元や、機種変更の際に使用。

⑩「上記で設定する」を押す。

ようこそ健康日記アプリへ

設定お疲れ様でした！  
下記の内容でよろしければ「アプリをスタート」ボタンをタップしてください！

ニックネーム	htk1010さん
生年月日	1980年1月1日
性別	女性
身長	160 cm
体重	50 kg
お住まい	京都府
職種	会社員
自動バックアップ	有効

⑪

⑪入力内容を確認し、「アプリをスタート」を押す。  
⇒登録完了

### 3. 「健康日記」とヘルスケアに関するアプリとのデータ連携

---

お使いのスマートフォンに入っているヘルスケアに関するアプリ（無料）と連携することで、「健康日記」は歩数などの情報を自動で収集します。

Androidにおいては、以下2つのアプリが必要です。  
次ページから、順をおって初期設定について解説します。



ヘルスコネクト  
Google LLC



Google Fit: アクティビティ記録  
Google LLC

## 4. Android「ヘルスコネクト」ダウンロード

---

Android版「健康日記」で、Google fit 歩数などの情報を自動取得をするためのアプリです。

「Playストア」アプリで「ヘルスコネクト」を検索してインストールするか、以下の二次元QRコードを読み取ってインストールしてください。

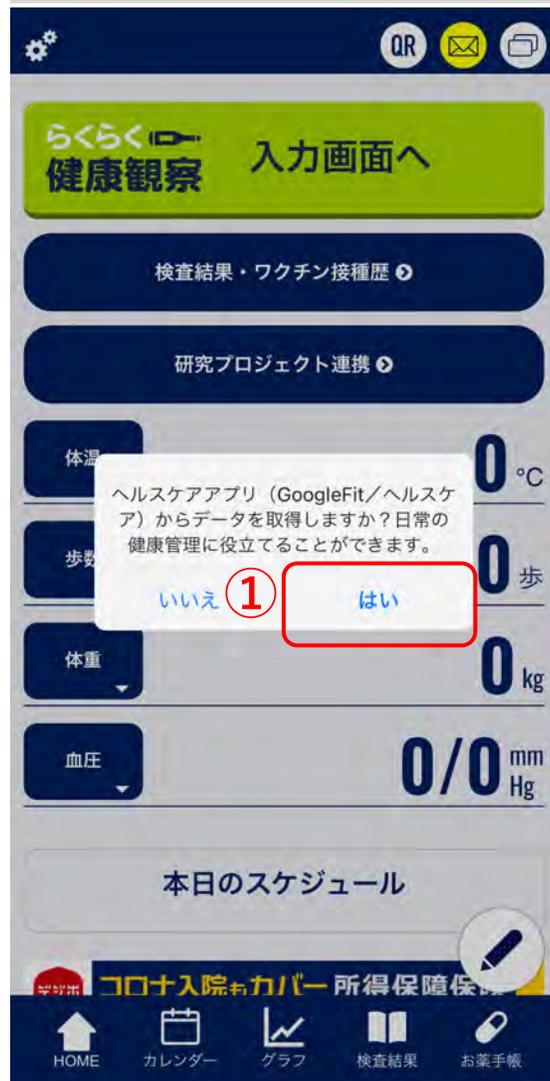


インストールが完了したら

⇒「健康日記」を開いて、

10ページ **5. Android「ヘルスコネクト」とのデータ連携**へ

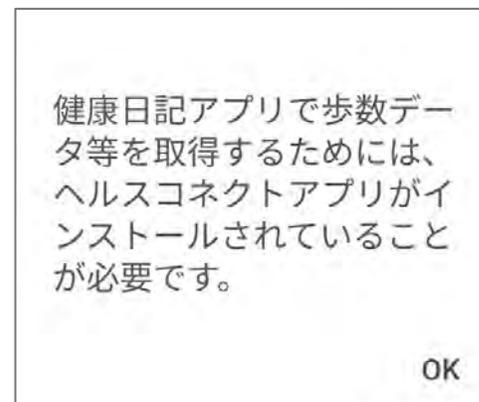
## 4. Android「ヘルスコネクト」とのデータ連携



①「はい」を押す。

ヘルスコネクトがインストールされている場合  
⇒このまま9ページ手順②に進みます。

ヘルスコネクトがインストールされていない場合



このようなメッセージが表示されますので、インストールの状況をご確認ください。

## 5. Android 「ヘルスコネク」 とのデータ連携

ヘルスコネクを使って  
みる

ヘルスコネクを利用すると、健康状態やフィットネスのデータを保存し、スマートフォン上のさまざまなアプリを簡単に同期することができます



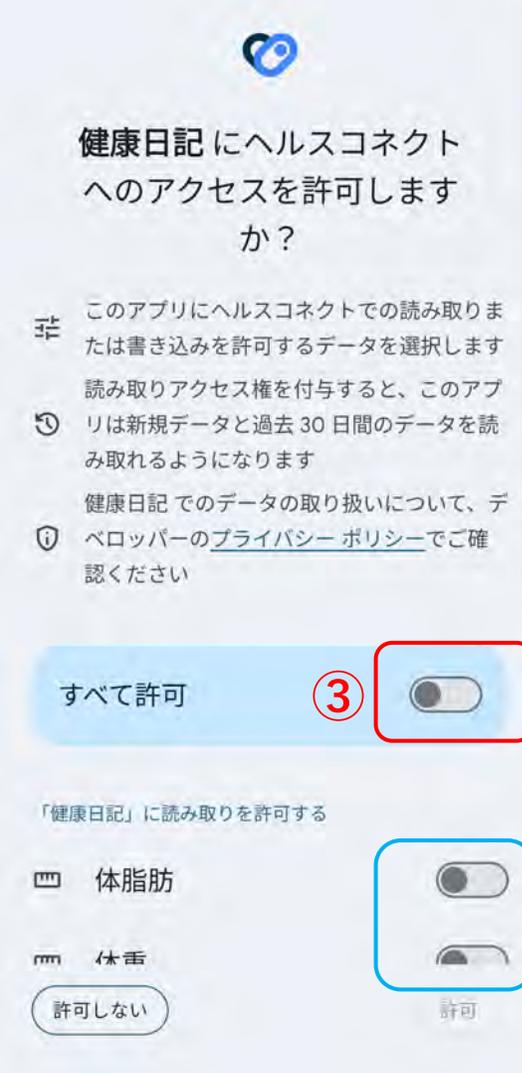
アプリとデータを共有する  
ヘルスコネクに対して、各アプリが読み取りや書き込みを行えるデータを選択できます

設定とプライバシーを管理する  
アプリの権限の変更やデータの管理をいつでも行えます

戻る 2 使ってみる

②「使ってみる」を押す。

※この画面は  
ヘルスコネクを  
初めて開いた方のみ  
表示されます。



健康日記にヘルスコネク  
へのアクセスを許可します  
か？

このアプリにヘルスコネクでの読み取りまたは書き込みを許可するデータを選択します  
読み取りアクセス権を付与すると、このアプリは新規データと過去 30 日間のデータを読み取れるようになります  
健康日記でのデータの取り扱いについて、デベロッパーの [プライバシーポリシー](#) でご確認ください

すべて許可 3 [Toggle Switch]

「健康日記」に読み取りを許可する

体脂肪 [Toggle Switch]

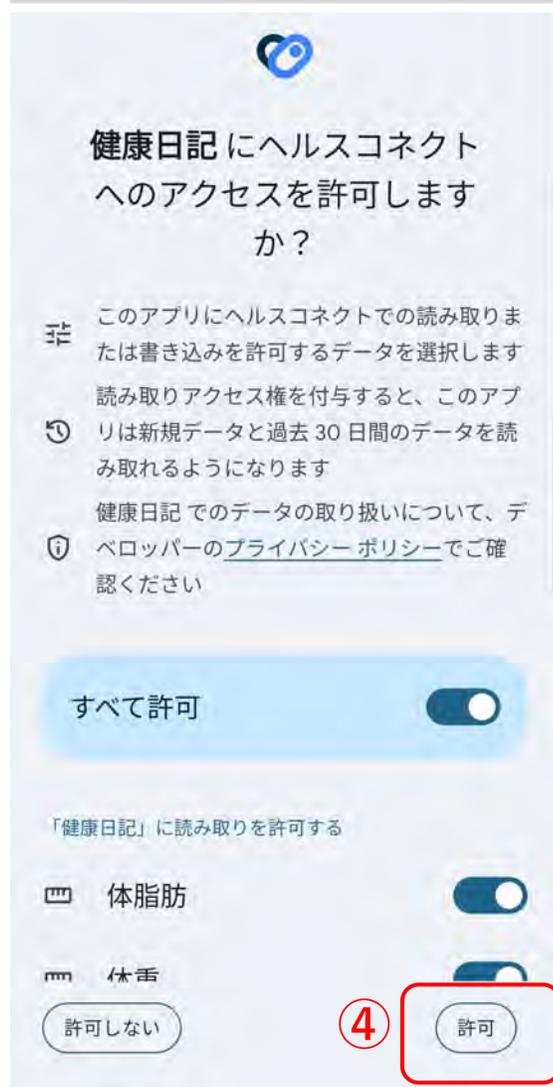
体重 [Toggle Switch]

許可しない 許可

③「すべて許可」を押す。

でオンにしたい項目  
のみを選択することも  
可能。

## 5. Android「ヘルスコネクト」とのデータ連携



④「許可」を押す。

⇒連携完了

14ページ

7. Android「Google Fit」ダウンロード へ

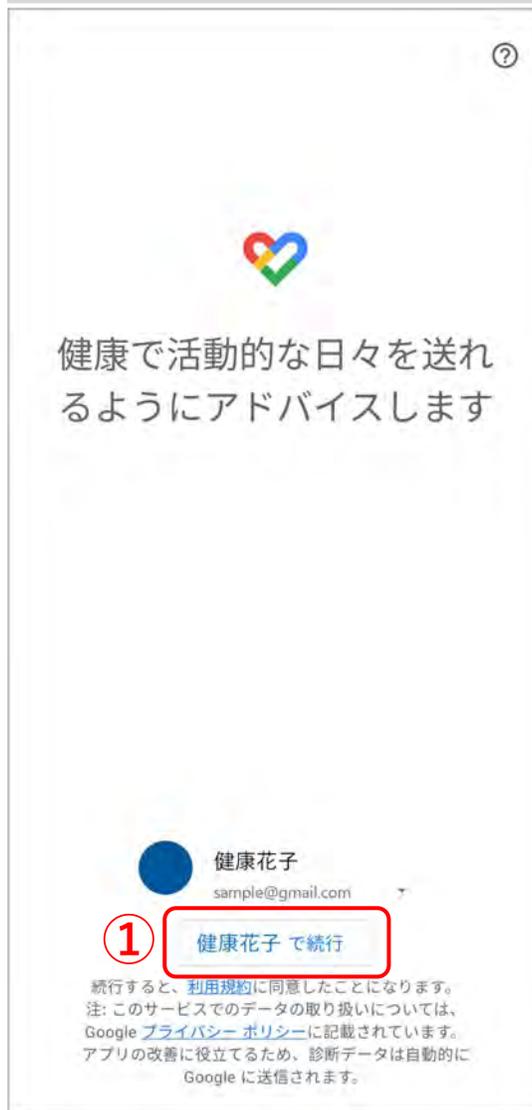
## 6. Android 「Google Fit」 ダウンロード

Android版「健康日記」で歩数などの情報を自動取得をするためのアプリです。

「Playストア」アプリで「Google Fit」を検索してインストールするか、以下の二次元QRコードを読み取ってインストールしてください。



## 7. Android 「Google Fit」 の初期設定



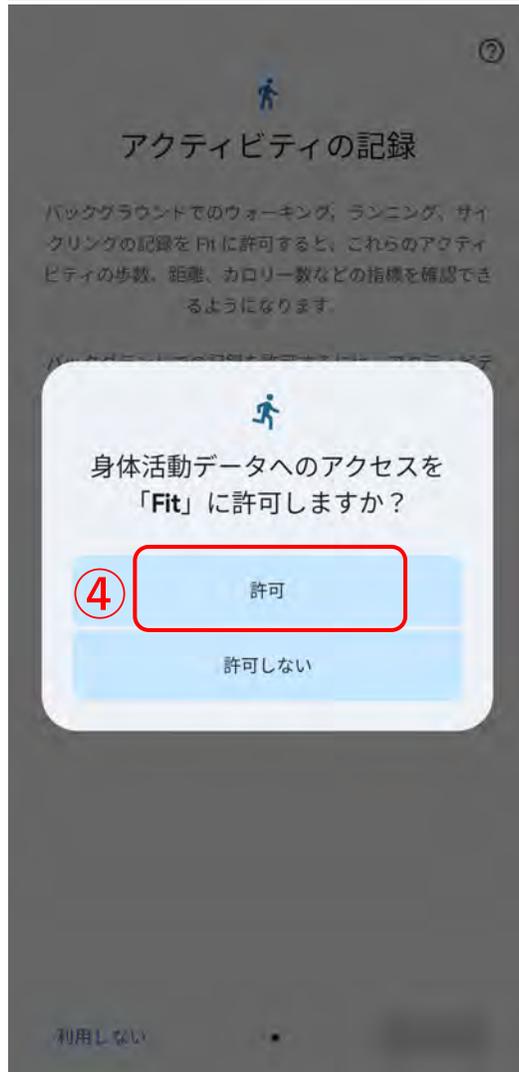
①「(お名前)で続行」を押す。



②基本情報を入力する。  
(任意項目)

③「次へ」を押す。

## 7. Android 「Google Fit」 の初期設定



④「許可」を押す。



⑤「オンにする」を押す。  
⇒設定完了

## 8. Android 「ヘルスコネクト」と「Google Fit」の連携

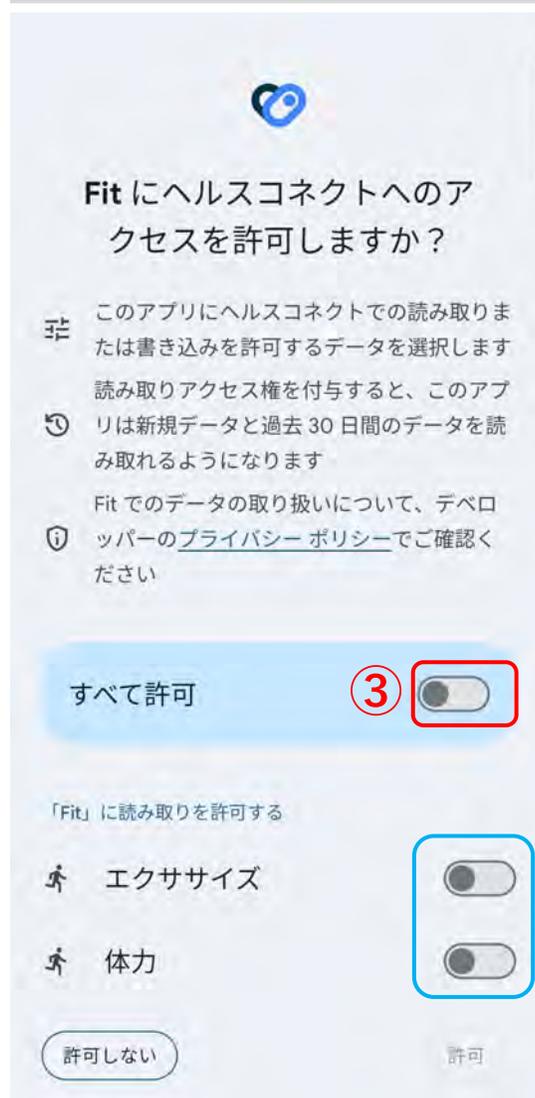


①「始める」を押す。



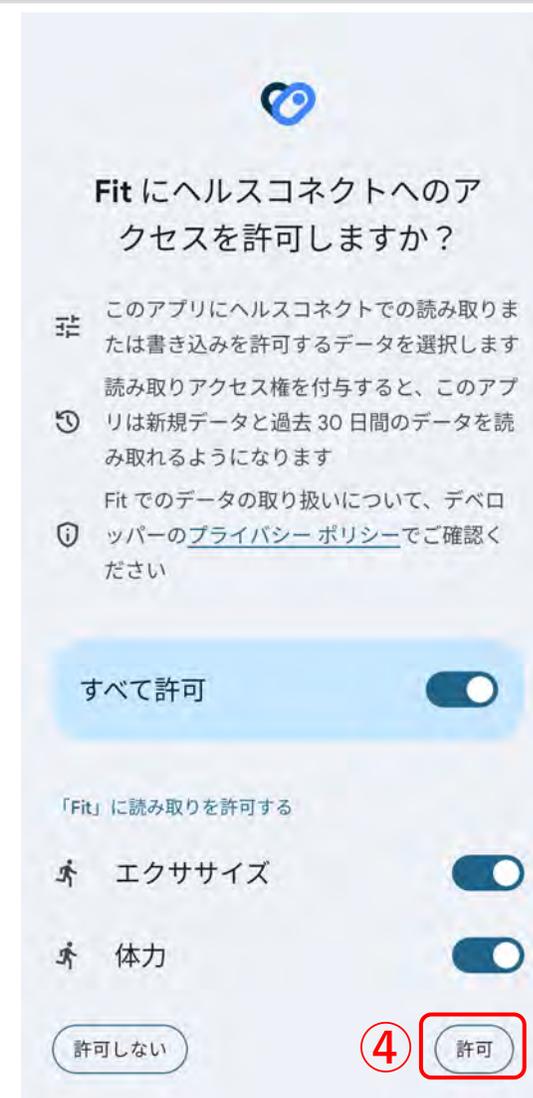
②「設定」を押す。

## 8. Android 「ヘルスコネクト」と「Google Fit」の連携



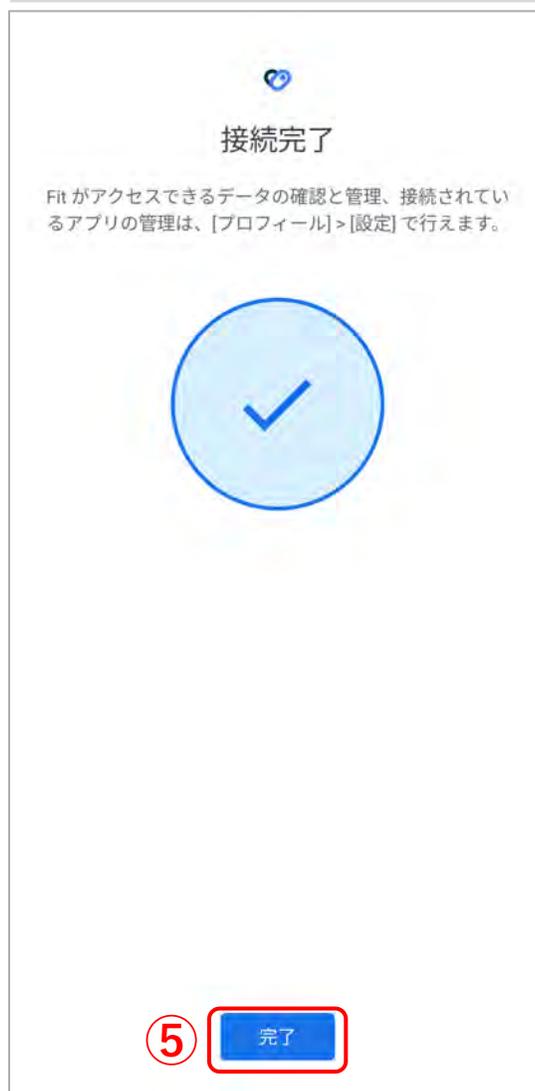
③「すべて許可」を押す。

でオンにしたい項目のみを選択することも可能ですが、歩数は必ずオンにしてください。



④「許可」を押す。

## 9. Android「ヘルスコネクト」と「Google Fit」の同期



⑤「完了」を押す。

以上でAndroid版「健康日記」の初期設定  
歩数データ取得設定は終了です。

「健康日記」を開いて、歩数が表示されるのを確認してください。  
※歩数の表示までは最大で1日ほどかかるケースもあります。