



# 歩数計測アプリ「Fitbit」との接続方法



Google FitアプリとVitalityアプリは  
2026年中に接続・同期ができなくなる予定です（時期未定）。

Google Fitアプリのみでなく、他のスマートフォンアプリ等も併用して接続・同期を行っていただくことを推奨しております。

※本チラシではFitbitとの接続方法についてご案内いたします。



## まずはじめに！

Fitbitの設定には、「**Googleアカウント**」が必要です。（お持ちの場合は「Fitbitアカウント」も可）  
アカウントのメールアドレスやパスワードを事前にご準備いただくと、スムーズに設定できます。

※ Fitbitで登録しているGoogleアカウントのパスワードがわからない場合は、

ご参考

Googleアカウント・パスワードがわからない場合

をご確認ください。

## ■ FitbitとVitalityアプリとの接続方法

### 手順 1

### Fitbitのインストール・設定

これからFitbitをインストールされる方はこちらから



### 手順 2

### Vitalityアプリとの接続方法

Fitbitのインストール・設定済みの方はこちらから



Fitbitを設定後、  
Vitalityアプリとの接続を  
中断した方はこちら

Google、Google Fit、Fitbit、Fitbitロゴおよび関連するロゴやマークは Google LLC の商標です。

～ご不明点はこちらをご確認ください～

接続時にお困りの場合は  
こちらをご確認ください→



その他ご不明点は以下にお問い合わせください

## Vitalityサービスセンター



フリーダイヤル

**0120-307864**

受付時間 月～金 9:00～18:00

土 9:00～17:00

（日・祝日、年末年始、臨時休業日を除く）

※受付時間等の詳細は当社ホームページをご確認ください。

あなたの未来を強くする



住友生命

【住友生命保険相互会社】  
本 社 〒540-8512 大阪市中央区城見 1-4-35  
電話 (06)6937-1435 (大代表)  
東京本社 〒104-8430 東京都中央区八重洲 2-2-1  
電話 (03)3273-8000 (大代表)  
〈ホームページ〉 <https://www.sumitomolife.co.jp>

住友生命

検索

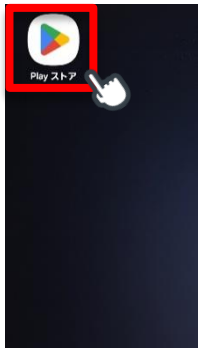
生命保険のお手続きやご契約に関するご照会  
スミセイコールセンター 0120-307506

## 手順 1

# Fitbitのインストール・設定

2025年2月時点の画面イメージです。Fitbitの設定画面についてはスマートフォンのOSによって表示される画面が異なる場合があります。

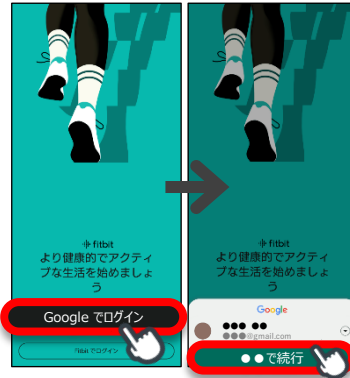
### 1 ホーム画面の「Playストア」アイコンをタップ



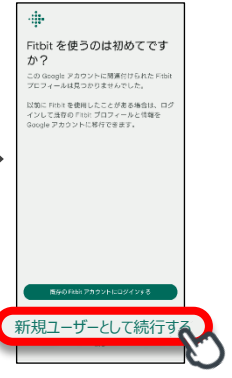
### 2 検索ボックスをタップして「Fitbit」と入力して検索「インストール」をタップして「開く」をタップ



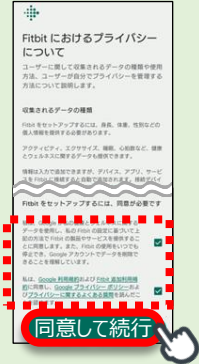
### 3 「Googleでログイン」をタップして「●●で続行」をタップ



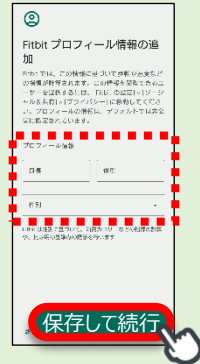
### 4 「新規ユーザーとして続行する」をタップ



### 5 プライバシーに関する記載を確認して「同意して続行」をタップ



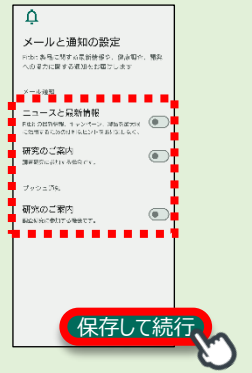
### 6 プロフィール情報を入力して「保存して続行」をタップ 次画面で「続行」をタップ



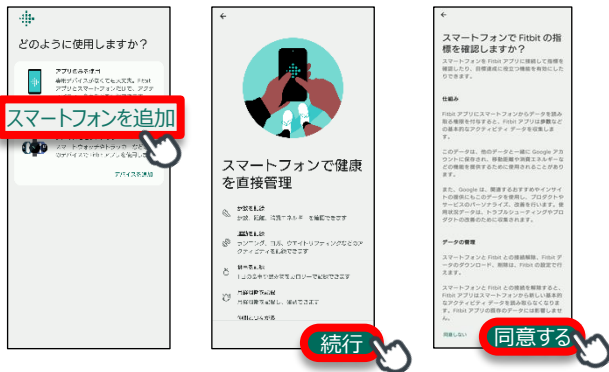
### 7 画面一番下までスクロールし「同意して続行」もしくは「同意しない」をタップ



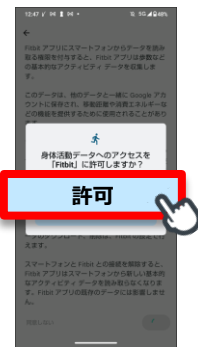
### 8 各通知設定を選択して「保存して続行」をタップ



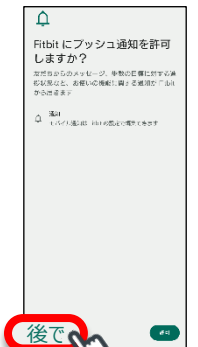
### 9 「スマートフォンを追加」をタップ後 次画面で「続行」→「同意する」をタップ



### 10 「許可」をタップ



### 11 「後で」をタップ



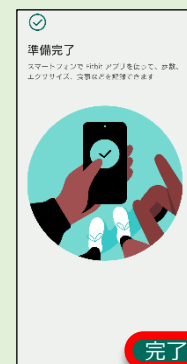
### 12 「後で」※1をタップ 「後で」が表示されない場合は、画面左上の「x」をタップ



### 13 「後で」※2をタップ



### 14 「完了」をタップ



### 15 Fitbitの設定完了



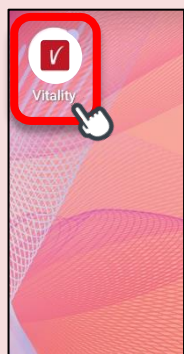
※1 Fitbit Premiumへのご加入はお客さまの任意で選択ください。Fitbit PremiumはGoogleが提供するサービスです。加入しない場合でもFitbitで歩数計測機能をご利用いただけます。

※2 ヘルスコネクとデータ同期を設定した場合、Vitalityに正しく運動データが反映されない可能性があります。

## 手順2 Vitalityアプリとの接続方法

接続にはGoogleアカウント・パスワードが必要です。不明な場合は裏面の「【ご参考】Googleアカウント・パスワードがわからない場合」をご確認ください。

### 1 ホーム画面のVitalityアプリを開く



### 2 アプリホーム画面右下の「プロフィール」タブをタップして右上の「設定マーク」をタップ



### 3 「接続・同期」をタップして「Fitbit」をタップ



### 4 「接続する」をタップし、「続ける」をタップ



### 5 「次へ」をタップへ



### 6 「Googleで続ける」をタップ



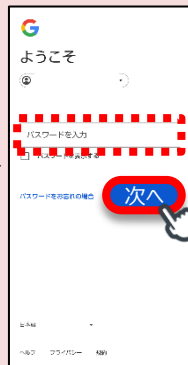
### 7 メールアドレスまたは電話番号を入力して「次へ」をタップ



◆Googleアカウントを複数をお持ちの方は、Fitbitにログインしている「Googleアカウント」の情報を入力ください。

◆「cookieが無効です」と表示が出た場合は、Vitalityアプリをアンインストール（削除）し、再度インストールください。再インストール後に、Vitalityアプリとの接続方法の1からお試ください。

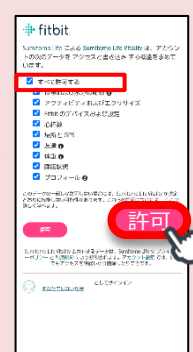
### 8 パスワードを入力して「次へ」をタップ



◆パスワードがわからない場合は、画面左下の「パスワードをお忘れの場合」から画面に沿って再設定ください。

※上記から再設定できない場合は、裏面の記載を参考にパスワードを変更ください。

### 9 「すべて許可する」を選択して「許可」をタップ



### 10 「完了」をタップ



### 11 Fitbitを開いて、Vitalityアプリに歩数を反映（数日に1回程度実施ください）



## 留意点 「Fitbit」への連動・同期方法等について

### ① 歩数の連動方法

歩数を連動してポイントを獲得するためには、その都度「Fitbit」を開く必要があります。Fitbitを開くことで、Vitalityアプリには自動的に歩数が反映されます。Vitalityアプリへの反映には一定時間がかかる場合がございます。

### ② データ同期方法

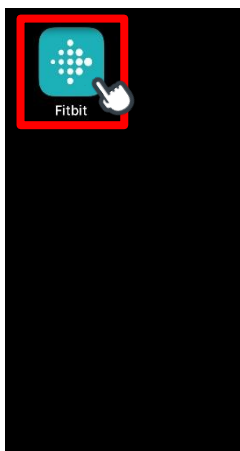
Fitbitは過去2週間前までのデータを同期することができます。

ただし、アクティブチャレンジを達成するためには、翌週土曜日までFitbitを開いてVitalityアプリへデータを連動する必要がありますので、数日に1回程度は同期ください。

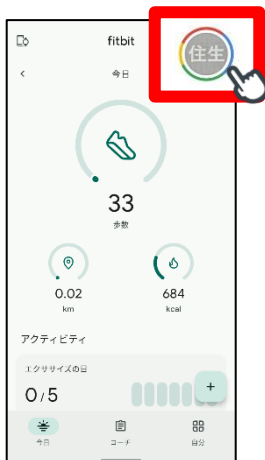
## ご参考 Googleアカウント・パスワードがわからない場合

以下はGoogleアカウントの確認方法・パスワード変更方法の一例です。Googleアカウントのパスワードがわからない場合には、手順を参考にパスワードを変更ください。お客さまの設定やスマートフォンのOS等によって表示される画面が異なる場合があります。

### 1 ホーム画面の「Fitbit」アイコンをタップ



### 2 右上のアイコンをタップ



### 3 「Googleアカウントを管理」をタップ



### 4 「セキュリティとログイン」をタップ



### 5 画面をスクロールし「パスワード」をタップ



### 6 パスキー※を使ってGoogleアカウントにログイン



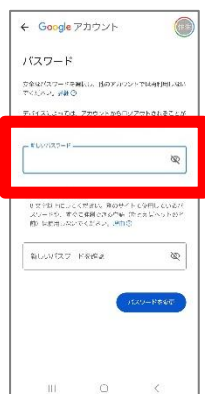
※パスキーとはパスワードに代わる認証方法です。パスキーには指紋認証・顔認証・スマートフォンの画面ロック(PIN)等があります。

本画面が表示されない場合や、ログイン等がうまくいかない場合は、「Googleアカウントヘルプページ」をご確認ください。



画面は一例です

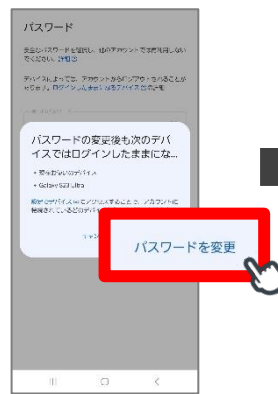
### 7 「新しいパスワード」を入力



### 8 「パスワードを変更」をタップ



### 9 「パスワードを変更」をタップ



### 10 パスワードの変更完了「閉じる」をタップ

