

健康管理サイト企画案

株式会社千代田テクノロジー



コンセプト

トータル健康管理

- ダイエット記録だけでなく、生活習慣病などにも対応
- 食生活だけでなく、運動にも重点をおく

データ記録

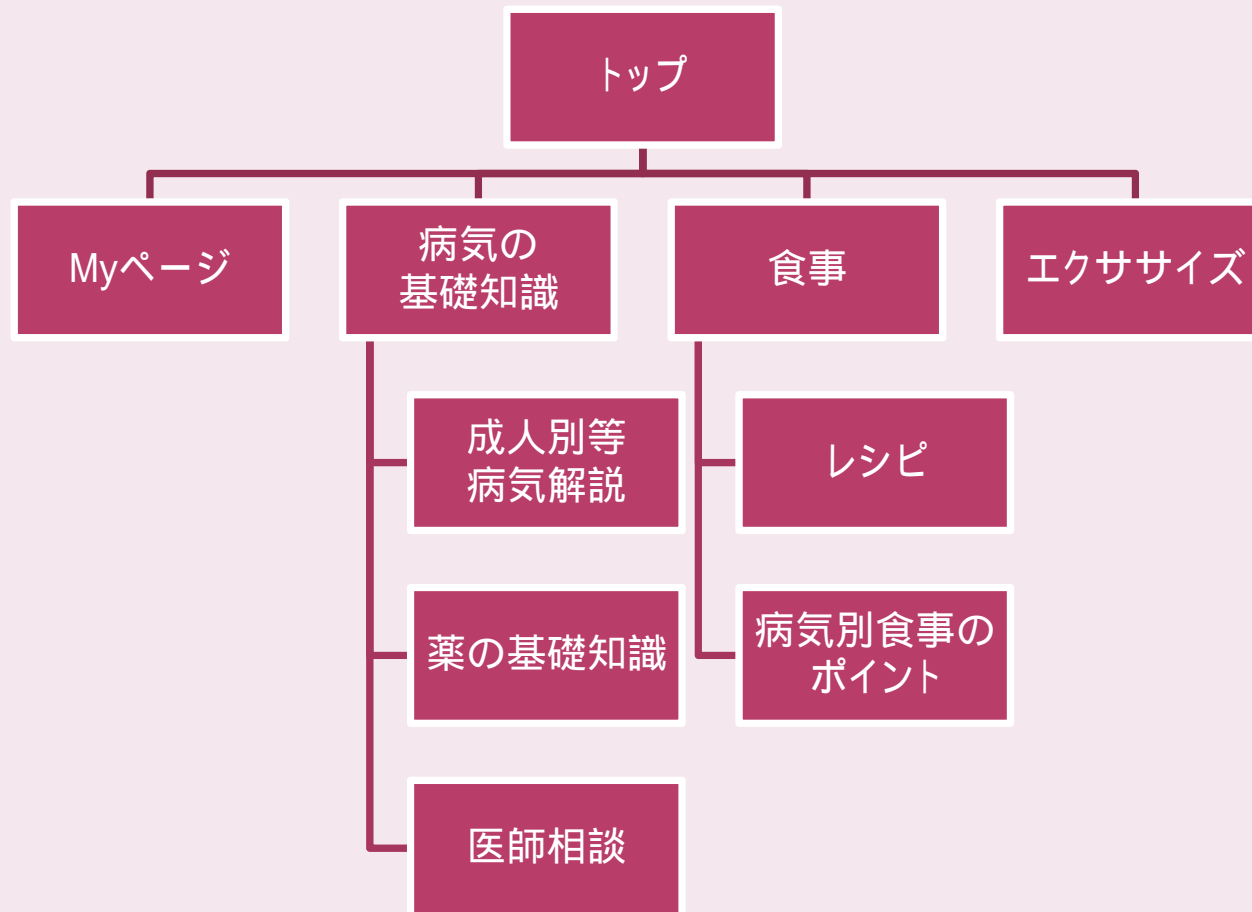
- 「Myページ」で体重・体脂肪率・血圧・食事内容など、各ユーザーのデータを記録できる

有料会員制

- ユーザーに応じたきめ細かいサービスを提供するため、有料制にする



サイトマップ



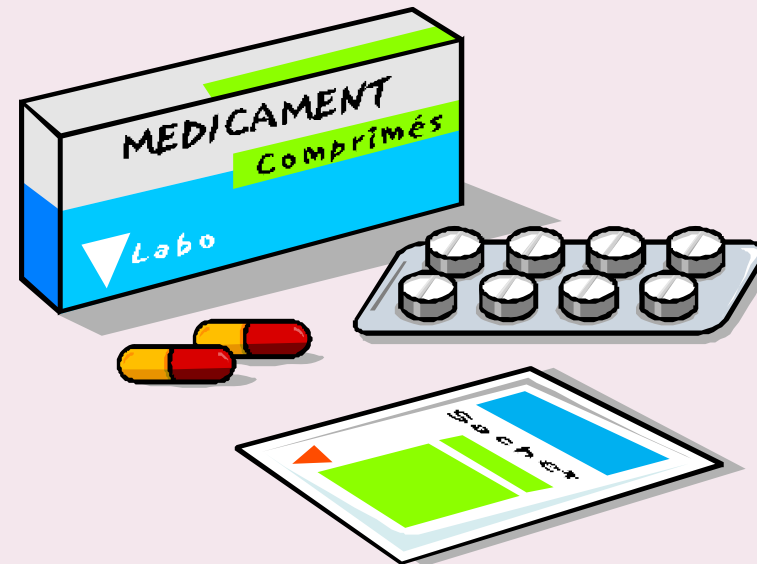
Myページ

- BMI ($\frac{\text{体重}_{(\text{kg})}}{\text{身長}_{(\text{m})}^2}$) の判定
- 体重・体脂肪率・血圧・摂取カロリー・消費カロリーなどのデータ記録、グラフ
(ユーザーが設定可能)
- 食事・運動の記録
- 日記
- 他のユーザーへの公開 / 非公開の選択
- モバイルからの記録
- 栄養士、医師によるアドバイス



病気の基礎知識

- おもな病気の解説
- 病気の予防方法
- 薬辞典
- 健康相談
(公開で医師が回答)



食事

- レシピ
(カロリー・塩分表示付き)
- 食品カロリー表
- 糖尿病、高血圧などの
病気別食事のポイント



エクササイズ

- 消費カロリー計算ツール
- 自宅で行うエクササイズ
アームカール
- 目的別エクササイズ



消費カロリー計算ツール

The screenshot shows the 'Diet Pivkey' website's calorie calculator. The page title is 'ダイエットピブキー' (Diet Pivkey). The main heading is '5 運動消費カロリー計算' (5. Calculate Calorie Expenditure from Exercise). Below the heading, there is a form for user information: Name (姓), Gender (性別), and Age (年齢). The gender is set to '女性' (Female). Below this is a table of activities with their respective durations in minutes. The activities listed are: 車の運転 (Driving), 入浴 (Bathing), 歩行 (Walking), 自転車 (Cycling), 掃除 (Cleaning), 読書のびり (Reading), 読報あり (Reading newspaper), デスクワーク (Desk work), 立仕事 (Standing work), 電話(立ち) (Standing phone), 洗濯 (Washing), 掃除 (Cleaning), 買い物 (Shopping), 料理 (Cooking), ストレス (Stress), 折り紙体験 (Origami experience), ジョギング (Jogging), 水泳(コース) (Swimming), 水泳(半泳ぎ) (Swimming half), ボルコ (Balko), 散歩 (Stroll), 野球 (Baseball), キッチン作業 (Kitchen work), スキー (Skiing), スノーボード (Snowboarding), 散歩 (Stroll), フォトセル (Photosynthesis), 散歩 (Stroll), バスケボール (Basketball), 散歩 (Stroll), 散歩 (Stroll), and 散歩 (Stroll). Each activity has a duration of 0 minutes. At the bottom of the form, there is a '計算する' (Calculate) button and a checkbox for '運動のダイエット効果' (Effect of exercise on diet).



自宅で行うアームカーン

