

カロリー・栄養計算からダイエット日記まで日々の健康管理ができるダイエット総合サポートサービス「スリムチェック」を開始

サニーヘルス株式会社（社長：西村峯満 本社：東京都中央区）は、株式会社 Eat Smart 社製 Web サイト「イートスマート」とライセンス契約を締結し、健康管理総合サポートサイト「スリムチェック」のサービスを7/2（月）より開始したことを発表いたします。

サニーヘルス株式会社は、健康食品事業ならびに通信販売事業の強化のため「スリムチェック」で食事代替型の製品「マイクロダイエット」とカウンセリングなどのユーザーサポートをセットにしたダイエットプログラムを法人・個人向けに開始しました。

現代社会では多様な食品により食生活が乱れ、その結果メタボリック症候群や生活習慣病など健康に問題を抱えている人が少なくありません。

そうした問題に対処するには、まず食生活全体を見直すことが好ましいですが、現実的には栄養素や栄養バランスについての知識がなければ即実践とはいきません。

「スリムチェック」には非常に強力な食事支援機能を実装しており、家庭の食事や市販食品・外食など約40000点以上の豊富なデータから食事や運動などを記録することができます。

そして、「栄養診断」により登録した食事のカロリーや栄養バランスの過不足を分析し、個人個人の身体データに合わせたアドバイスを受けることができ、容易に食生活の問題を診断することができます。

「スリムチェック」を日々続けていくことによって、食品の『カロリー』『栄養素』『栄養バランス』を把握できるようになり、日常でのメニューの選び方や献立の組み立て方が自然に身につきます。

自分自身の身体を作る基となるのは食べ物ですから、「食べる」ことを大切に、正しい方向に意識が高まるよう、このサービスによって食育の一端を担いたいと弊社では考えております。



からだ判定（公開する）

平均年齢	32.0歳
性別	女
身長	160.00cm
平均体重	58.5kg
平均体脂肪率	16.8%
目標体重	55.00kg
目標体脂肪率	13.50%
身体活動レベル	普通(1.75)
BMI値	22.9
基礎代謝	1,270kcal
エネルギー推奨量	2,228kcal
エネルギー摂取目標量	2,107kcal
平均摂取カロリー	1,799kcal
エネルギー消費目標量	2,340kcal
平均消費カロリー	2,247kcal

判定

体格

てじーさんの体型は **普通** です。
標準体重は59.8kgで、体重と体型の関わりは以下の欄になります。

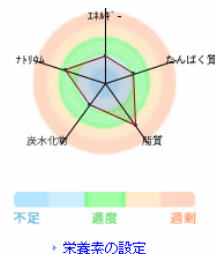
肥満 84kg以上
太りぎみ 64kg未満～61.4kg
ふつう 61.4kg未満～51.2kg
やせぎみ 51.2kg未満～47.4kg
やせ 47.4kg未満

エネルギー（カロリー）

てじーさんの平均摂取エネルギー（カロリー）量は **少し少なめ** です。
てじーさんの平均消費エネルギー（カロリー）量は **目標通り** です。

栄養バランス

栄養素の摂取状況



判定

栄養素の摂取状況

平均的に以下の栄養素が・・・

不足している可能性が高いです。

- ・カルシウム
- ・マグネシウム
- ・鉄
- ・亜鉛
- ・ヨウ素
- ・クロム
- ・ビタミンA(レチノール当量)
- ・ビタミンB1
- ・ビタミンB2
- ・葉酸

摂取量が少なめです。

- ・食物繊維(総量)
- ・カリウム
- ・リン
- ・マンガン
- ・ビタミンD
- ・ビタミンB12
- ・パントテン酸
- ・ビオチン

PFCバランス



【スリムチェックの主な機能一覧】

- ◆食事記録・・・約 40000 点以上の料理データベースから選択。ご自身で新規登録も可能です。
- ◆体重・体脂肪・・・食事同様、記録できます。 ※タニタヘルスリンク社のからだカルテ対応体組成計とデータ連携が可能です。
- ◆歩数・・・1 日の歩数を記録、グラフで表示。タニタヘルスリンク社のからだカルテ対応歩数計とはデータ連携が可能です。
- ◆摂取状況グラフ・・・栄養素毎に「不足・適度・過剰」がグラフ化され一目でわかります。
- ◆PFC バランス・・・三大栄養素であるたんぱく質・脂質・炭水化物のエネルギーバランスを、食品および食事のエネルギー総量に占める割合を%（パーセント）で表示。
- ◆SNS 機能・・・会員・一般向けにマイページを公開・非公開を選択。公開すれば他のメンバーとコミュニケーションができます。
- ◆サポーター機能・・・自分の記録したデータ(食事記録、運動記録、身体情報の記録)を参照できるユーザーです。たとえば家族や友達をサポーターにすると支援を受けることも可能です。
- ◆スマートフォン対応・・・PC だけでなくスマートフォンを含むモバイル端末ともに対応しておりいつでも手軽に記録することが可能です。

● 『スリムチェック』 URL: <http://www.slimcheck.net>

● PC : <http://www.slimcheck.net>
モバイル : <http://www.slimcheck.net/m/>
スマートフォン : <http://www.slimcheck.net/sp/>

▽サニーヘルス株式会社 企業概要

設立 : 1978 年 12 月
本社 : 長野県長野市稲葉 1661 番地
東京本社 : 東京都中央区八重洲 2 丁目 1 番地 6 号 八重洲Kビル 6 階
代表取締役社長 : 西村峯満
企業サイト : <http://www.sunnyhealth.co.jp>

■本件に関するお問い合わせや取材、資料ご希望の方は下記までご連絡ください■

【お問い合わせ先】
サニーヘルス株式会社 <http://www.sunnyhealth.co.jp/>
担当: 太田・斎藤 TEL : 03-6701-3002 FAX : 03-6701-3030