

報道関係者各位

2026年7月10日  
腸 note

腸活サポートアプリ「腸 note」が提案する新腸活習慣「腸ログ」を体験！  
「腸っと気になる。腸の音から始める新習慣 #腸ログ展」を  
7月24日（金）～26日（日）の3日間、東急プラザ渋谷にて開催  
～腸音測定で自分の腸タイプやおなかの傾向を知って記録する「腸ログ」コンテンツ体験で、  
腸活に関連する商品をプレゼント～



サントリーの腸活サポートアプリ「腸 note」は、2026年7月24日（金）～26日（日）までの3日間、東京・渋谷の東急プラザ渋谷 2F メインエントランスにて、「腸っと気になる。腸の音から始める新習慣 #腸ログ展」を開催します。

「腸 note」はサントリーの研究所が独自に開発した、スマホのマイクをおなかに当てるだけで腸の音を AI が解析し、一人ひとりに合った腸活を提案する無料の腸活サポートアプリです。

近年、睡眠や運動、食事、気分などを記録して自身のコンディションを管理する「ライフログ」や「ジャーナリング」が広がり、“自分の心身の状態を可視化する”ことへの関心が高まっています。また、腸活への関心が高まる一方で、「何が自分に合っているのかわからない」と感じる「腸活迷子」状態の人も多くいると言われています。※1 こうした背景

を受け、腸 note は“自分の状態を知り、記録しながら腸活をする”「腸ログ」を新しい腸活習慣として提案し、本ポップアップでは、「腸の音」から腸ログを体験いただけます。

当日は、実際の腸の音の聞き比べができたり、「腸 note」を用いて実際に自身の腸の音を聞きながら「腸タイプ」を知ることができます。自身の「腸タイプ」や、お通じ・腸活をオリジナルの「腸ログノート」に記録する「腸ログ」体験ブースも設置。自分の状態を知り、継続的に記録することで変化に気づき、自身の身体と向き合う新習慣「腸ログ」を始めるきっかけとしてご活用いただけます。

※1 ダノンジャパン株式会社「腸活に関する意識調査」

腸音測定・腸ログを体験いただいた方、またはその場で「腸 note」をダウンロードいただいた方を対象に、その場で腸活を考えるきっかけとなる商品がもらえるコンテンツもご用意しています。※2 本ポップアップは、「腸の音」をきっかけに自身のおなかと向き合い、新たなセルフケア習慣「腸ログ」を体験、そして明日からすぐに実践できる腸活と出会える、そんな自身の腸・身体を考えるユニークなイベントになっています。

ぜひこの機会にお立ち寄りください。

※2 当日の状況（数量等）により、内容が変更となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。

## ■イベント開催概要

イベント名：「腸つと気になる。腸の音から始める新習慣 #腸ログ展」

日時：2026年7月24日（金）11:00～20:00

2026年7月25日（土）11:00～20:00

2026年7月26日（日）11:00～20:00 計3日間

会場：東急プラザ渋谷 2F メインエントランス

（〒153-0043 東京都渋谷区道玄坂1丁目2-3 渋谷フクラス 内）

会場詳細：<https://tokyu-plaza.com/shibuya/access/>

主催：サントリー「腸 note」

イベントパートナー（五十音順）：塩水港精糖株式会社、ジャパンフリトレー株式会社、株式会社 Mizkan、株式会社 明治、森下仁丹株式会社



## ■ イベント詳細

入場対象：一般来場

入場料：無料

※会場の出入りは自由です。

## ■ 当日のコンテンツ

### ● 腸の音の聞き比べ

腸の活動量の異なる3種類の腸の音を聞き比べいただけます。普段聞く機会のない腸の音の間こえ方の違いを体感いただけます。

### ● 腸タイプ判定

実際に「腸note」を用いて、自身の腸の音とお通じの状況から、現在の腸タイプを知ることができます。判定後は、自身の腸タイプのステッカーをプレゼントいたします。自身の腸タイプを知ることで、自分に合った腸活を見つけるきっかけを提供します。

### ● 腸ログ体験

判定された自身の腸タイプやお通じの状況、明日から始めたい腸活をオリジナルの「腸ログノート」に記録いただきます。腸活とあわせて日々の体調やお通じの記録を

続けることで、感覚に頼りがちな腸活を“記録ベース”で振り返り、自身のおなかの傾向への理解を深める新習慣「腸ログ」を体験することができます。

## ● ピールオフパネル

腸音測定・腸ログを体験いただいた方、またはその場で「腸 note」をダウンロードいただいた方を対象※3に、ピールオフパネルにご参加いただけます。「明日から始めたい腸活」に合わせてカードを選んでいただき、腸活に関連する商品をプレゼントします。本ポップアップのイベントパートナー「塩水港精糖株式会社」「ジャパンフリトレー株式会社」「株式会社 Mizkan」「株式会社 明治」「森下仁丹株式会社」の5社が提供するお菓子や飲料、サプリメントなどは、手軽に腸活を始められるきっかけに。ピールオフパネルの下には、腸活の豆知識も豊富に掲載。楽しみながら、自分に合った腸活のヒントを学ぶことができます。

※3 当日の状況（数量等）により、内容が変更となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。

## ■ SNS キャンペーン

ポップアップ開催にあたり、Xでamazonギフトカードがもらえる#今日の腸ログキャンペーンも同時開催いたします。

開催期間：2026年7月15日（水）～7月29日（水）

概要：「腸 note」のX公式アカウントをフォローし、「#今日の腸ログキャンペーン」をつけて、今日の腸活を投稿するとAmazonギフトカード1,000円分が20名様に当たります。「腸 note」アプリの画面スクショ添付で当選確率がアップします。

応募方法：

- ① @chonote\_suntory ([https://x.com/chonote\\_suntory?s=20](https://x.com/chonote_suntory?s=20))をフォロー
- ② 「#今日の腸ログキャンペーン」をつけて今日の食事や運動などの腸活を投稿  
「腸 note」アプリの画面スクショを腸活投稿に添付すると当選確率がアップ！

## ■ 腸活サポートアプリ「腸 note」について

「腸 note」とは、スマホのマイクをおなかに当てるだけで腸の音をAIが解析し、一人ひとりに合った腸活を提案する無料の腸活サポートアプリです。腸の音やお通じ、腸活の状況を日々記録し、自分の腸タイプや日々の腸スコア（点数）で可視化して、自分に合う腸活を探すヒントを提供します。自分のおなかの傾向を知る・気づくことを目的としてお

り、感覚に頼りがちな腸活を、“記録ベース”で振り返る新しいアプローチとして注目されています。

公式サイト URL : <https://cho-note.com/>

「腸 note」アプリのダウンロードは[こちら](#) (iOS / Android)

※本サービスは、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。腸音やお通じの記録に基づくセルフケアのための参考情報であり、医学的な診断結果を示すものではありませんので、体調に不安がある場合や症状が続く場合は、医師等の専門家にご相談ください。