

報道関係者 各位

2023年1月16日

ライフログテクノロジー株式会社

カロミルに「除脂肪メソッド」提唱者“バズーカ岡田”監修の有料プランが登場！

アドバイザー就任第一弾のプレミアム機能そなえる

—体型や生活習慣に合わせて「除脂肪メソッド」を手軽に実践—

食事・運動・体重管理アプリケーション（以下アプリ）「カロミル」の開発・提供をするライフログテクノロジー株式会社（東京都中央区、代表取締役：棚橋繁行）は、「除脂肪メソッド」の提唱者であり、日本体育大学教授で骨格筋評論家として活躍する岡田隆（バズーカ岡田）氏監修の「除脂肪コース」をカロミルのプレミアム機能として2023年1月16日、リリースしました。



◎バズーカ岡田氏の「除脂肪メソッド」と、当社のこれまでの取り組み

岡田氏が提唱している「除脂肪メソッド」とは、「体脂肪」を減らしていくことに着目しゆっくり時間をかけて体を変えることで、無理をせず理想の体型を目指すダイエット法です。特に、これまでダイエットが長続きしなかった人や、“痩せてはリバウンド”を繰り返したくない人に向いているといわれています。

当社では2022年12月に岡田氏に「カロミル公式アドバイザー」に就任頂き、岡田氏が行っているボディビルダーに関する研究におけるカロミル、カロミルアドバイスの採用や、カロミル内で岡田氏推奨の「PFCバランス設定機能」をリリースするなど、昨年から様々な取り組みを実施してきました。

◎バズーカ岡田氏監修、新たなプレミアム機能「除脂肪コース」について

岡田氏監修のもと今回リリースする「除脂肪コース」は、自身の体型や身体活動レベル、生活習慣に合わせて無理なく脂肪を減らし、理想の体型を目指す「除脂肪メソッド」を手軽に実践いただける機能です。2023年1月16日（月）より、月額540円（税込）で利用いただけます。

特に「食事管理をしたいけど、具体的に何をすればよいのか分からない」「他のダイエット手法で無理して痩せたことがあるけど、リバウンドしてしまった」「ダイエットがつかなくて長続きしない」などのお悩みを抱えている方などにはぴったりの機能となっています。

同機能ではPFCバランスを最適化することで健康的で理想とする体を手に入れ、当社のミッションである「健康長寿を太く、長く」を多くの方が実現できるよう目指しています。

<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：石川 pr@calomeal.com

【お申込み方法】

アプリ内「メニュー」⇒プレミアム機能「除脂肪コース」をタップして、お申し込みください。

「除脂肪コース」利用開始後、わずか3ステップの初期設定だけで、除脂肪メソッドを毎日実践いただけるようになります。

【使用手順】



①プランを選択(「トレーニングをしっかり行う方」「日常生活の食事改善メインの方」)

②身体情報を入力

③除脂肪メソッドのポイントが記載された5つの戦略カードから一つを選択し、目標値を同時に選択

(1)カロリーのベースラインを把握

最初に必ず選択されているカードで、目安とすべきカロリーのベースラインが日ごろの運動量に合わせて自動的に設定されます。

(2)減らす前に増やす

ダイエット＝〇〇を減らすというのが多いイメージですが、噛む回数を増やすことがダイエットに繋がります。

(3)PFC バランス最適化

たんぱく質 (P)、脂質 (F)、炭水化物 (C) のバランスをバズーカ岡田氏の理論とご自身の生活に合わせて最適化します。

(4)食事を「少量」×「高回数」に変える

間食の質を段階的に変えることで一日あたりの食事を「少量」×「高回数」に変えていきます。

(5)とにかく続く運動習慣を探し出す

ラクで便利な手段を捨てて生活していこうとすると運動の機会をかなり獲得できます。

日々の生活の中で少しでもカラダを動かしたり、運動量を増やすことを意識します。

④除脂肪メソッド実践のためのアドバイスを、カロミルアプリを介してお届け

<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：石川 pr@calomeal.com

〇骨格筋評論家「バズーカ岡田」としても活躍する岡田氏

日本体育大学の教授として教壇に立ちながら、自らも身体作りの“究極の実践者”としてボディビル競技への挑戦を続ける岡田氏。2022年11月4日には世界ボディビル選手権大会 40-44歳 70kg 以下級で第3位という成績を残しています。現在は「身体づくりには、人生を変える力がある」をモットーに、パーソナルトレーニングジムでトップアスリートにも身体づくりの提案・指導を行っています。骨格筋評論家「バズーカ岡田」として多くのメディアにも出演中。著書には「除脂肪メソッド」「世界一細かすぎる筋トレ図鑑」などがあり、累計100万部を突破。公式YouTubeチャンネル「バズーカ岡田の筋トレラボ」は、25万人以上が登録しています（2023年1月現在）。

バズーカ岡田の筋トレラボ：<https://www.youtube.com/c/bazooka-okada/>



【健康管理アプリ「カロミル」について】

<https://youtu.be/I5D8o4D4TiA>

食事・運動・体重管理アプリです。食事記録に関しては、写真1枚で毎日の食事を記録し、AI（人工知能）の画像解析技術によって自動で栄養価を割り出し登録します。エネルギーだけでなく、たんぱく質、脂質、炭水化物、塩分、糖質、食物繊維、ビタミン、ミネラルなど18種類の栄養素の計算・記録もできるので、ダイエットのみならず、栄養バランスを考慮した健康管理が可能です。また、食事記録だけでなく運動・バイタルの管理機能もそなえ、「健康のトータルマネジメント」を実現しています。会員数は160万人を超えました（2023年1月時点）。

【ライフログテクノロジー株式会社について】

<https://calomeal.com/>

当社は管理栄養士、エンジニア、データサイエンティスト、人工知能の研究者で構成されたヘルスケア関連のテクノロジー企業です。2016年2月に創業し、東京本社と宮崎に拠点があり、スタッフは全員フルリモートワークです。主な事業はヘルスケアアプリ「カロミル」の開発・運営ですが、大学や企業、医療研究機関などと健康管理や食生活に関する共同研究も行っています。

◆サービスに関するお問い合わせ先◆

ライフログテクノロジー株式会社 info@calomeal.com

◆報道関係の方のお問い合わせ先◆

ライフログテクノロジー株式会社

広報：石川 pr@calomeal.com

社名：ライフログテクノロジー株式会社（Life Log Technology, Inc）

所在地：〒103-0027 東京都中央区日本橋三丁目2番14号 新槇町ビル別館第一1階

設立：2016年2月

資本金：6億1,956万円（資本準備金含む）

代表者：代表取締役 棚橋繁行

<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：石川 pr@calomeal.com