

「健康的な毎日」は「健康的な食事」から

# 食事管理システム

管理栄養士による食事管理Webアプリケーション

※本カタログに掲載されている画面はすべて開発中のものです。

※本カタログで記載されている内容については予告なく改編する可能性があります。

## 「長生きする」から「健康に長生きする」時代に

もはや避けられない「高齢化社会」において、社会も様々な変貌を遂げてきております。

- 年金受給年齢の引き上げ
- 高齢者の医療負担
- 定年後、第二の人生でも社会で活躍する「シニアワーカー」の登場
- 「アクティブシニア」「スマートシニア」など、元気な高齢者の活躍

ただただ「高齢」であればよいのではなく、「高齢でも健康であること」である事が求められる社会になってきました。

このソフトは、この高齢者が主役となっていく社会において、「**食事**」という角度からアプローチを行う事をコンセプトとしたシステムになります。

また、コンピュータによる「通り一遍」な解析ではなく専門家が1人1人、1食1食を細かく解析する「生きた」解析を行います。



## 松本大学 水野尚子先生による監修

本システムは松本大学の水野尚子先生の監修のもと、先生が監修された『ランチョンマットを利用した“食事の基本のかたち”』をベースにして開発されました。

「ただ食べなければいい」「ただ野菜だけ摂ればいい」ではなく、バランスの良い食事を実現するためのメソッドが本システムのベースとなっております。

また、本システムでのアドバイスについては、水野先生の理論に基づき専門の管理栄養士、または専門スタッフがサポートをいたします。

## 水野尚子先生のご紹介

### 【所属】

松本大学 人間健康学部 健康栄養学科

### 【学位】

学士／食物学

### 【専門分野】

- ・健康栄養教育
- ・スポーツ栄養

### 【所属学会】

日本栄養改善学会  
日本栄養・食糧学会  
日本体力医学会  
日本スポーツ栄養研究会  
日本給食経営管理学会

### 【主な社会貢献活動】

H26・27年度長野県栄養士会 理事  
長野県栄養士会スポーツ栄養指導委員  
NPO法人 熟年体育大学リサーチセンター健康推進コーディネーター

その他、水野先生が監修した「ランチョンマットを利用した“食事の基本のかたち”」を用いて、健康寿命延伸に繋げる栄養バランスのよい食生活を推進する活動を日々行っている。



## コンピュータではなく”食の専門家”が1人1人を解析 【生活カレンダー機能&コメント機能】

食事管理・栄養管理システムは、既にいくつか発売されておりますが、往々にして入力した値をもとに決められた計算式で結果を算出し、そこから決められた文言が表示されるといのが定石です。

しかし、本システムは決してプログラムが自動で解析する事はありません。本システムの管理栄養士※が1人1人、1食1食の食事を解析、またユーザの現状から判断し、適切なアドバイスをを行います。

さらに、日々の体組成を入力する事で食生活へのアドバイスがより細やかな対応になります。

The screenshot displays the '食事管理システム (a1版)' interface. On the left is a navigation menu with options like 'トップ', 'メッセージ', 'ユーザー解析', 'プロフィール変更', 'パスワード変更', and '生活カレンダー'. The main area shows a calendar for December 2016. A popup window titled '2016年12月6日(火)の体重/体脂肪率/血圧' is open, showing input fields for weight (61.0 kg), body fat rate (12.3%), maximum blood pressure (124 mmHg), and minimum blood pressure (99 mmHg). Below the calendar, another popup window contains a message: 'しっかり朝食食べてますか? 一食一食のバランスも大事ですが、1日を通しての食事バランスも大切! 「朝食は面倒だなあ・・・」と思ってもしっかりと食べる事が大事です。' with a '閉じる' button.

※基本的に管理栄養士が主体となり管理をしていますが、管理栄養士の適切な指示の下で専門スタッフが対応を行う場合があります

## 自身で食事を管理できる日を目指して 【ユーザ解析機能】

本システムは、日々の摂取した成分をグラフで管理する事ができ、グラフで推移を確認する事ができます。利用者自身が、日々の食事をかえりみることで、食生活の対策を行う事ができます。

## 食事の入力をよりわかりやすく 【食事入力&食事かんたん入力】

入力した食事をより視覚的に表現するために、本システムでは、食事内容をランチョンマットに乗せた形で表現いたします。

これにより「バランスの良い食事（主食、主菜、副菜3品、果物類）」が無駄なく食卓に並んでいたかを確認できます。

また、より簡単に食事入力を行えるよう「音声入力による食事登録機能※」も用意しております。



※音声入力機能は対応した機種・ブラウザが必要になります。

## その他にも様々な機能をご用意しております。

本システムは、利用者の皆様がより快適にご利用いただけるように、また、専門のスタッフとより充実したコミュニケーションをとれるようにするための様々な機能がございます。

- スタッフとのコミュニケーションを円滑にするための【メッセージ機能】
- システム、専門スタッフ、管理栄養士からの有益な情報を共有できる【知らせ機能】
- スマートフォンやタブレットなどにも対応

など

## システムの動作環境および利用条件

本システムを動作させるためには、以下の環境が必要です。

- 日本語に対応したオペレーションシステム
- インターネットブラウザ（HTML5形式に対応しているもの）
- インターネットに接続できる環境

このシステムは現在、企業や施設の団体単位での利用を目的として運用しておりますので、予めご了承ください。

※なお、将来的には、個人的に利用されたいユーザー様に対しても対応をしていく予定です。

## 本システムについての問い合わせ

本システムについてのご不明な点、ご質問等がございましたらどうぞお気軽にご連絡ください。

【お問い合わせ先】

**COSMO 株式会社コスモ 松本事業所**

担当：中村 実木雄

〒390-0811

長野県松本市中央3-3-16 松本蔵の街ビル

TEL: 0263 (31) 8360 FAX: 0263 (31) 8361

URL: <http://www.cosmo.co.jp/>

E-mail: [m.nakamura@cosmo.co.jp](mailto:m.nakamura@cosmo.co.jp)