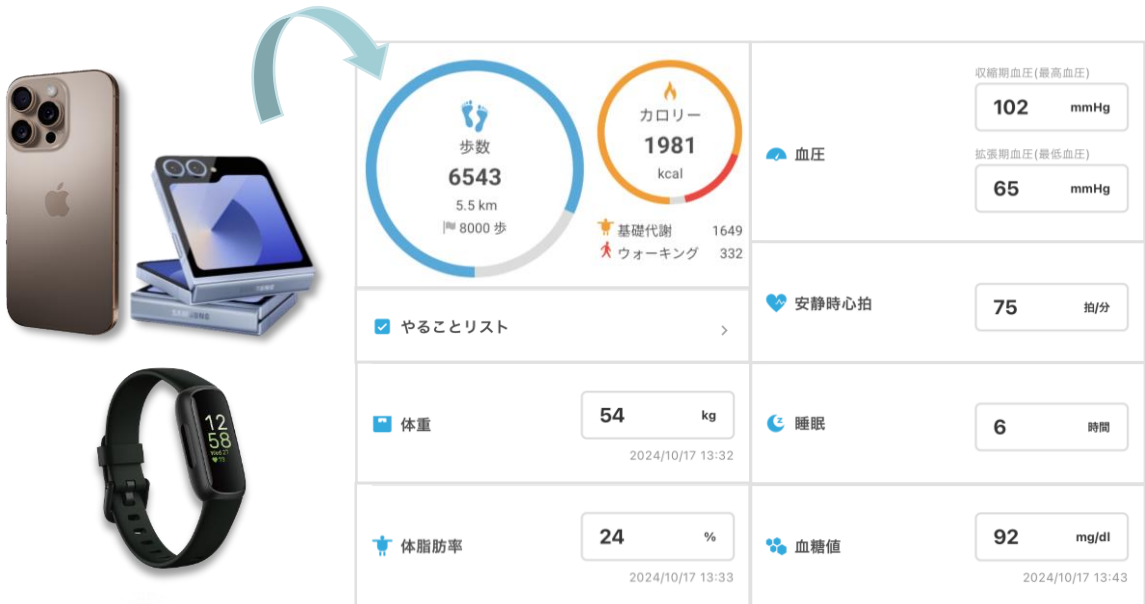




03 日々の行動・健康状態を記録

毎日の歩数、血圧、体重、体温などの健康状態を記録することができます。
また、その日の食事内容も記録できるため、栄養の偏りや食べ過ぎを防ぐことに繋がります。
お手持ちのデバイスとの自動連携も可能です！



🌟 歩数、体重、体脂肪率、血圧、心拍、睡眠時間を入力して1日最大6ポイントGet！！

カロリーは低いのに塩分摂り過ぎかも…！？



この方は、朝食と昼食を食べ終えた時点でカロリーは
とても抑えることができます…が、よく見ると塩分
を摂り過ぎていることが分かります。
このように食事記録から不足しているもの、摂取し過ぎ
ているものが一目で分かるので、食生活の改善に役立
てることができます。



一般的な食事メニューの他に
外食やコンビニ食なども
検索することができます。
その数なんと約30,000以上！