

カロママ プラスについて

カロママ プラスについて



- 「カロママ プラス」は、あなたの食事や運動、睡眠などのライフログに対して、AI（カロリーママ）がアドバイスするアプリです。
- 歩数もスマホやFitbitとの連携で自動計測します。
- あなたの健康目的に合わせて、以下のコースから自由に選ぶことができます。
 1. ロカボコース
 2. ヘルシーダイエットコース
 3. 健康維持コース
 4. メタボ改善コース
 5. 低栄養対策コース
 6. ロコモ対策・認知症予防コース
 7. 重症化予防コース
 8. ほどよく筋肉&引き締めコース
 9. マッチョになりたいコース
 10. 妊産婦コース

健康サポーターについて

カロママ プラスと連携した
企業・健保、スーパー、コンビニ、
スポーツクラブ等があなたの
「健康サポーター」となります。

「健康サポーター」はご自身で選択することができ、選択した「健康サポーター」からは、食事メニュー・運動提案やお得情報の提供等がされ、今まで以上にあなたの健康・生活を応援します。



案内文中に各マニュアルをご用意しております。
ご確認ください。