

NHK「きょうの料理」「きょうの健康」で 放送した料理レシピを活用した、健康管理アプリ

6月24日、(株) NHKエデュケーショナルが制作協力した健康管理を実践できるスマートフォンアプリ「まいさぼ」(発行: アストラゼネカ株式会社、小野薬品工業株式会社) がリリース。アプリには、NHK Eテレの老舗2番組で放送した料理レシピ2,400品が栄養情報つきで収録され、毎日の健康づくりをお手伝いします。

『まいさぼ』について (アプリのリリースより抜粋)

<発行者> アストラゼネカ株式会社、小野薬品工業株式会社

<説明>

毎日の食事管理や定期的な運動は、糖尿病などの生活習慣病を予防・治療する上で非常に重要です。そこで、食と健康が気になる方が、楽しく、簡単に健康管理を実践できるよう作られたのが『まいさぼ』です。本年4月より開始した健康管理を実践できるスマートフォン向けアプリシリーズ『まいさぼ』が、今回フルラインアップとなりました。

<主な機能>

- 1) 毎日学習! 生活習慣病のための100の知識—『まいさぼアカデミー』
- 2) 毎日困らない! 生活習慣病のためのレシピ検索—『まいさぼレシピ』
- 3) 毎日実践! 生活習慣病のための運動メニュー—『まいさぼエクササイズ』
- 4) 毎日記録! 生活習慣病のためのからだ管理—『まいさぼライフログ』

<料金> 無料 ※アプリのダウンロード時に発生する通信費は、ご利用者様のご負担となります。

<対応OS> iOS版はiOS6.0以降、Android版はAndroid4.2以降



栄養データをプラスした、信頼のレシピ

NHKエデュケーショナルでは、「きょうの料理」「きょうの健康」の制作チームが協力して番組レシピの栄養情報を解析。日本を代表する300人の料理家がテレビで紹介したおいしいレシピを栄養データつきでさまざまな用途にご提供しています。栄養データは女子栄養大学短期大学部松田早苗教授の指導を得て、主として「日本食品標準成分表2010」をもとに算出。エネルギー量の表示だけでなく、「炭水化物」「たんぱく質」「脂質」「塩分」「食物繊維」「コレステロール」などの栄養情報がレシピ単位で揃っています。同レシピの一部は「みんなのきょうの料理 健康キッチン」(www.kyounoryouri.jp/kenko/) でご紹介しています。



- (株) NHKエデュケーショナル: 平成元年設立以来、NHK Eテレを中心に「教育・教養」「趣味・生活」「科学健康」分野で番組制作・映像ソフト・イベントやシンポジウム等を企画・制作。
- みんなのきょうの料理: 平成19年にスタートした料理検索サイト。「きょうの料理」「きょうの健康」で放送した料理など15,000レシピを収録し、月間300万人が利用している。