

ドコモ・ヘルスケアが健康経営支援のためのサービスを拡充

従業員の生活リズムを整える「Reborn MAGIC(リボーンマジック)」の提供開始

ドコモ・ヘルスケア株式会社(東京都渋谷区、代表取締役社長:和泉正幸 以下ドコモ・ヘルスケア)は、法人企業向けの新サービスとして、従業員が自身で生活リズムをコントロールすることで、体をベストコンディションに整えるWeb サービス「Reborn MAGIC(リボーンマジック)」(URL: <http://www.d-healthcare.co.jp/business/rebornmagic/>)を2017年4月12日(水)より提供開始いたします。



「Reborn MAGIC(リボーンマジック)」は、従業員がスマートフォンやPCから専用Webページにアクセスし、生活習慣を記録するだけで、一人ひとりに合わせた、取り組みやすい生活改善メニューを提供いたします。時間栄養学をもとに「起きる時間」「寝る時間」「食べる時間」を従業員が自身でコントロールしてベストコンディションをつくります。一時的な改善ではなく、生活リズムを整えて体のコンディションを根本から見直すことができます。

ドコモ・ヘルスケアでは、企業の保健指導や健康促進施策だけでは効果が出ないといった課題に対し、従業員がゲーム感覚で簡単に楽しく生活改善に取り組めるサービスを開発することで、従業員の健康増進に取り組む企業をサポートしてまいります。

1. 企業にとっての導入メリット

- ① 体調不良で業務効率が低下している従業員の体調改善、特定保健指導対象(メタボリックシンドローム)やその他の生活習慣病の従業員の健康改善にむけた支援。
- ② スマートフォンやPCからWebページにアクセスするのみで利用でき、特別な機材の導入が不要。
- ③ 4週間または12週間の集中プログラムにより、従業員のモチベーションを維持。
- ④ 健康的な生活習慣の形成にフォーカスしており、サービス終了後もリバウンドせずに健康生活が長続き。

2. サービスの特長

①	管理栄養士 小島美和子先生監修のメソッドによる、リバウンドしづらいプログラム	ベスト体重&ベスト体調になるプログラムで誰でもリバウンドしづらい体づくりが可能。
②	短期間で体がスッキリ体感	4週間または12週間の集中プログラムで生活リズムを整える。
③	不規則な生活リズムにも対応	シフトワーカーや出張が多いなど生活時間が不規則な人にも対応。一人ひとりに合わせた生活改善を提案。
④	カンタン、楽しいプログラム	スマホでいつでも簡単にでき、キャラクターが応援してくれるから、ゲーム感覚で楽しめるプログラムに。

3. サービスの機能

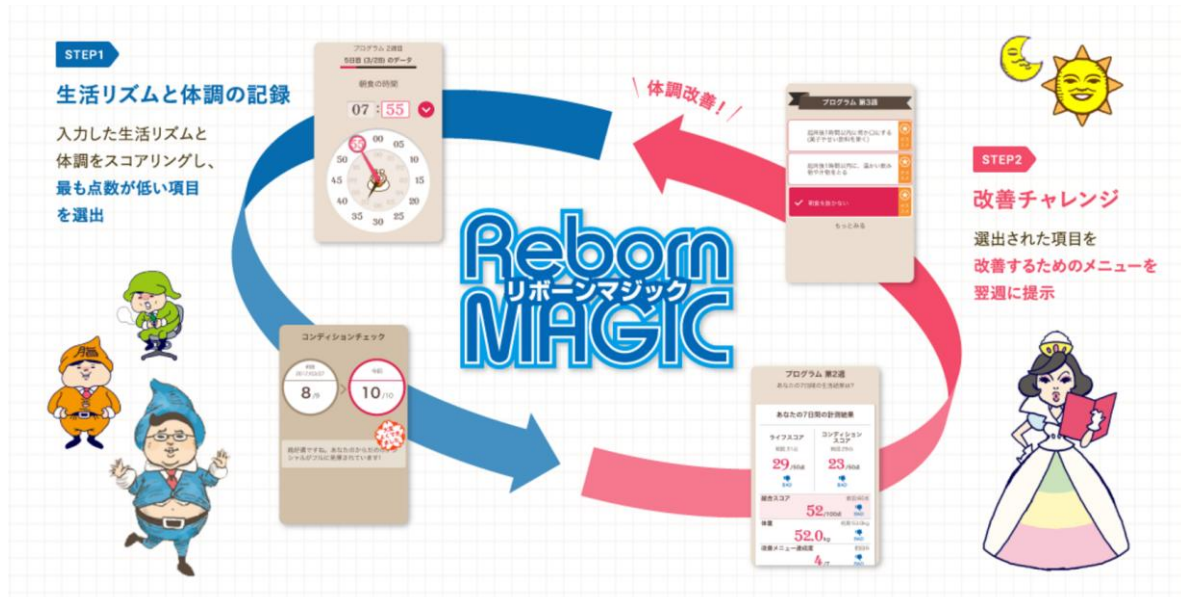
「生活リズムと体調の記録」、「改善チャレンジ」の2つをスパイラルさせることで、健康的な生活習慣づくりをサポートします。

① 【生活リズムと体調の記録】

生活リズム(起床時間、食事時間等)と体調(空腹度、排便など)の記録をスコアリングし、食事時間のズレや睡眠不足等の改善すべき課題を明確化。最も点数が低い項目を選出。

② 【改善チャレンジ】

課題となった点数の低い項目(食事時間のズレ、睡眠不足等)に対し改善するためのメニューを翌週に提示。



4. サービスの監修



管理栄養士 小島 美和子先生

有限会社クオリティライフサービス 代表取締役

管理栄養士 健康運動指導士 産業栄養指導者 ヘルスケアトレーナー

食コンディショニングプロデューサー

ドコモ・ヘルスケアでは、これまでの個人のお客様向けのヘルスケアサービスの提供の経験を活かし、「Reborn MAGIC(リボーンマジック)」をはじめとする、企業の多彩な課題に対応するサービスラインナップで健康経営の推進をサポートしてまいります。

※「Reborn MAGIC」のロゴはドコモ・ヘルスケア株式会社の商標です。

本件に関するお問い合わせ先	
<p>【報道機関】 ドコモ・ヘルスケア 広報担当: 出口・菅谷・吉倉 TEL: 03-6721-7504 FAX: 03-5793-7300</p>	<p>【法人のお客様】 ドコモ・ヘルスケア 法人担当: 為井・杉村 dhq-solutions@d-healthcare.co.jp</p>

「Reborn MAGIC(リボーンマジック)」サービス概要

1. 提供開始日

2017年4月12日(水)

2. サービスロゴ・アイコン

サービスロゴ



サービスアイコン



※「Reborn MAGIC(リボーンマジック)」とは、体のコンディションを整えることで、サービスをご利用される皆様にとって「生まれ変わり(リボーン)の魔法(マジック)」になるように、という想いをこめて名づけました。

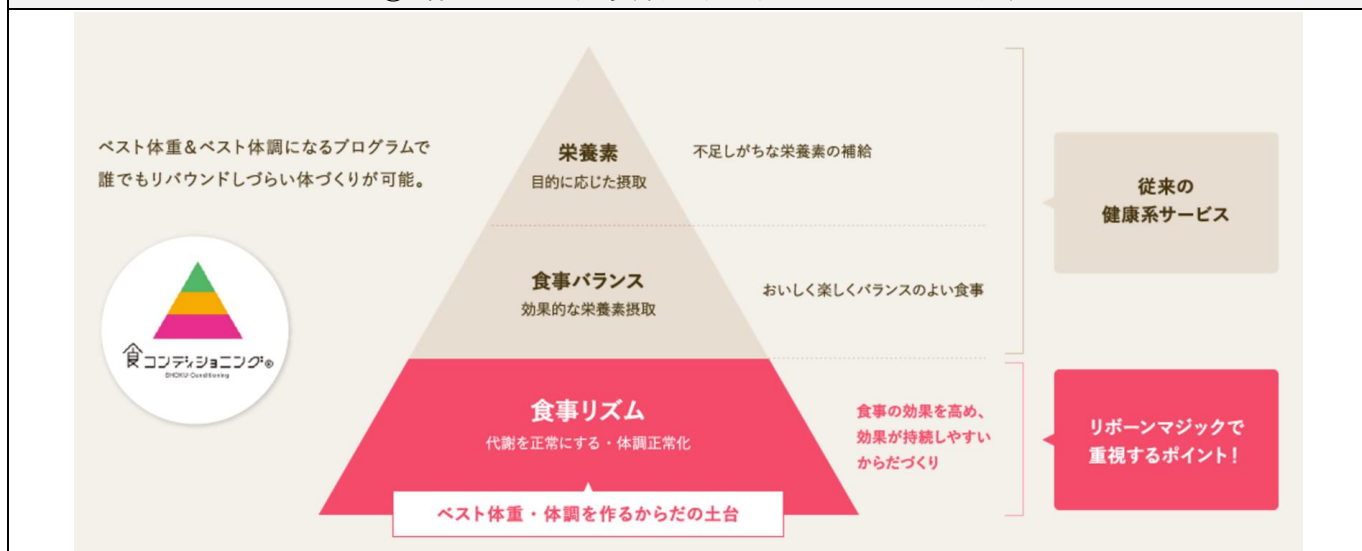
3. サービス URL

<http://www.d-healthcare.co.jp/business/rebornmagic/>

4. サービスの特長

「毎日、身体がだるい」「最近太ってきた」「仕事の効率をアップしたい」「引き締まった身体にしたい」といったことにあてはまる従業員におススメ。

① 誰でも無理なく実践！リバウンドしづらいプログラム



ベスト体重・ベスト体調を作るためにはまず、健全な生活リズムと食事リズムによる「からだの土台づくり」が最重要というメソッドです。土台がしっかりすることにより、あらゆるコンディションの人が効果を実感していただくことができ、効果も長続きます。

② 短期間で体がスッキリ体感！



4週間または12週間の集中プログラムで生活リズムが整う！

③ 不規則な生活リズムにも対応！



シフトワーカーや出張が多いなど生活時間が不規則な人にも対応！一人ひとりに合わせた生活改善を提案！

④ カンタン、楽しいプログラム！



スマホでいつでも簡単にできる！キャラクターが応援してくれるから、ゲーム感覚で楽しめる！

5. サービスの機能

「Reborn MAGIC(リボーンマジック)」は、「生活リズムと体調の記録」、「改善チャレンジ」の2つをスパイラルさせることで、健康的な生活習慣づくりをサポートします。

① 【生活リズムと体調の記録】

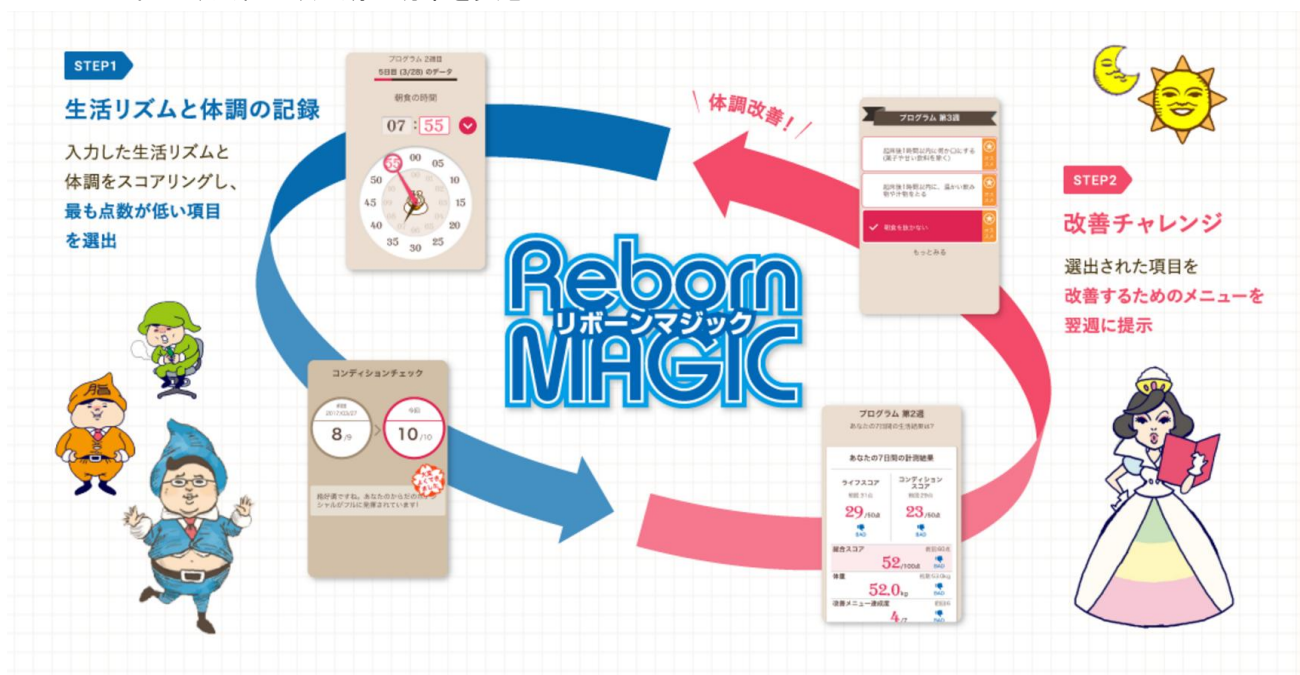
生活リズム(起床時間、食事時間等)と体調(空腹度、排便など)の記録をスコアリングし、食事時間のズレや睡眠不足等の改善すべき課題を明確化。最も点数が低い項目を選出。

- ・生活状態を100点満点でスコアリング
- ・生活リズム(起床時間・食事時間等)の記録を通じて、自身の生活時間の意識付け
- ・自分にとってのベストの生活リズム(起床時間・食事時間等)を通知

② 【改善チャレンジ】

課題となった点数の低い項目(食事時間のズレ、睡眠不足等)に対し改善するためのメニューを翌週に提示。

- ・一人ひとりに合ったメニューの提示
- ・楽しく、気軽に、短期で効果を実感できるメニュー



＜サービスの一連の流れ＞

- ① 生活時間(「起きる時間」「寝る時間」「食べる時間」)をカンタンに入力
- ② プログラムが現状の生活を診断&スコア化
- ③ 診断結果に応じて、一人ひとりに合わせて最も改善効果の高い生活改善メニューを提案
- ④ 1週間ごとの改善メニューの達成度の確認
- ⑤ 改善の成果を修了証として提供

※従業員の①～⑤は、企業の管理者が、管理者サイトから進捗状況を確認できます。



※画面はイメージです。変更になる場合があります。

6. サービスの監修

本サービスは管理栄養士の小島美和子先生に監修いただき、小島先生の提唱する「食コンディショニング®」にもとづいて設計されています。



管理栄養士

小島 美和子先生

有限会社クオリティライフサービス 代表取締役

管理栄養士 健康運動指導士 産業栄養指導者 ヘルスケアトレーナー

食コンディショニングプロデューサー

■食コンディショニングとは



時間栄養学*をもとに、自分のからだや暮らしに合わせた食べ方で、ベストコンディションを目指すメソッドです。ベストコンディションとは、ひとりひとりが本来持っているポテンシャルを最大限に発揮できる状態です。食べものばかりを見ている、健康にはなりません。常に自分のからだを見ながら、食生活の修正点を導き、体調を確認しながら、自分にとってバランスのいい食事に整えていく、これが食コンディショニングスキルです。

* 時間栄養学とは、体内時計に合う生活リズムと食事リズムを考慮した栄養学です。

※「食コンディショニング」は、有限会社クオリティライフサービスの登録商標です。

ドコモ・ヘルスケアの法人向けサービスラインナップ

ドコモ・ヘルスケアは、2017年4月以降順次、新たに3つの法人向けヘルスケアサービスを提供開始し、企業による健康経営や、自治体による住民の健康増進施策をサポートする法人向け事業の本格展開を行います。

■ 新サービス一覧

 <p>健康サポートLink</p>	<p>従業員の日々の健康指標を見える化 健康サポート Link</p> <p>提供開始日：2017年4月18日(火)</p> <p>http://www.d-healthcare.co.jp/business/kenkou-support-link/</p>
	<p>従業員の生活リズムを整える Reborn MAGIC(リボーンマジック)</p> <p>提供開始日：2017年4月12日(水)</p> <p>http://www.d-healthcare.co.jp/business/rebornmagic/</p>
<p>フォトエット</p>	<p>従業員のメタボ対策に！食事写真と専門家によるソーシャルダイエット フォトエット™</p> <p>提供開始日：2017年6月(予定)</p> <p>http://www.d-healthcare.co.jp/business/photoet/</p>

※「健康サポート Link」「Reborn MAGIC」「フォトエット」のロゴ、および「フォトエット」はドコモ・ヘルスケア株式会社の商標です。