

報道関係者 各位

2024年3月1日

ライフログテクノロジー株式会社

支援完了率8割超の「カロミル」アプリを活用した「カロミル保健指導」が本日よりサービスリリース  
ー4月1日開始の第4期特定保健指導にも対応！管理栄養士監修で支援現場目線の保健指導ツールー

食事・運動・体重管理アプリケーション（以下アプリ）「カロミル」の開発・提供をするライフログテクノロジー株式会社（東京都中央区、代表取締役：棚橋繁行、以下当社）は、2024年3月1日より第4期特定保健指導に対応した保健指導専用オンラインツール「カロミル保健指導」をリリースします。第4期特定保健指導では、受診者の行動変容を通じた成果に重きを置く評価方針に変更となりますが、特定保健指導に実際に携わっていた管理栄養士が監修し、現場での実利用に沿った第4期対応支援ツールになっています。継続支援では、特定保健指導での支援完了率8割超、約2日に1回記録した対象者の減量幅-3.5kg、-3.6cm（※）と実績がある健康管理アプリ「カロミル」を活用し、早期アウトカム評価達成と支援完了率向上に貢献します。

カロミル保健指導 [第4期対応版]  
特定保健指導支援システム



300万ユーザーが利用

カロミルアプリと連携で

# “完了率 大幅改善”

3か月後の  
アウトカム評価の  
早期達成を実現！



## ●第4期特定保健指導での「カロミル保健指導」、「カロミル」活用方法について

令和6年度(2024年)4月1日から開始される第4期特定保健指導では、

### ①アウトカム評価の導入、②特定保健指導の見える化の推進、③ICT活用の推進

を軸とした変更が加わり、受診者の行動変容を通じた成果に重きを置く評価方針となりました。保険者においては、指導方針などの対応が求められます。

3月1日よりリリースする第4期対応の「カロミル保健指導」は、「対象者管理～指導管理～法定報告用データ作成」を一つのツールで完結できる保健指導専用のオンラインツールです。健診データのほか、面談予約、目標・支援情報などを動機づけ支援、積極的支援で分けて管理でき、法定報告用のデータ（XML）作成、請求書発行を管理画面で実施することができます。

<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：pr@calomeal.com



指導対象者は「カロミル」を使用し、支援を受けます。「カロミル」では、写真1枚で簡単にバイタルデータや食事の記録ができるほか、アプリ上で継続支援を受けることが可能です。

「カロミル保健指導」の管理画面は、「カロミル」内に記録されたバイタルデータや食事記録がタイムリーに連携され、リアルタイムでの継続支援や評価の入力・送付ができます。「カロミル保健指導」と「カロミル」アプリの連携により、継続支援や中間評価、最終評価を効率化し、特定保健指導完了率向上に寄与します。

**アウトカム評価と、評価に応じた行動変容の  
管理を柔軟に対応！**

The screenshot displays a management interface for 'カロミル保健指導'. It features two main sections highlighted with red boxes:

- アウトカム評価 (Outcome Evaluation):** This section includes radio buttons for '2cm, 2kg (1.56cm, 1.56kg) を達成' (Achieved), '1cm, 1kgを達成' (Achieved), and '未達成' (Not achieved). It also shows '行動計画' (Action Plan) with dropdown menus for '食習慣' (Dietary Habits) and 'その他' (Others), and a '運動習慣' (Exercise Habits) section.
- 行動変容評価 (Behavior Change Evaluation):** This section shows a dropdown for '食習慣' (Dietary Habits) and a '運動習慣' (Exercise Habits) section with checkboxes for '20P', '0P', and '0P'.

The interface also displays '腹囲' (Waist Circumference) and '体重' (Weight) fields with units 'cm' and 'kg', and a 'アウトカム評価基準' (Outcome Evaluation Standard) of '-1.32cm, -1.32kg'.

「カロミル保健指導」では、第4期特定保健指導より必要となるアウトカム評価の達成状況に合わせて、達成数値が自動選択されるため、評価時のミスが軽減できます。さらに、行動変容においては、評価項目として掲げられている5項目について評価ができる仕組みとなっており、初回面談時に設定した行動計画の大項目が自動で反映されます。

そのため、評価項目を誤ることなくスムーズに評価でき、シンプルな管理が可能です。

2022年にリリースした「カロミル保健指導」の前バージョンを導入している支援現場では、支援期間中45回以上（約2日に1回のペース）バイタルデータを計測し、また食事を「カロミル」で記録した指導対象者は、支援完了後の減量幅の中央値が-3.5kg、腹囲変化量の中央値-3.6cmだったとの検証結果も出ています。結果につながるツール「カロミル保健指導」の提供を通じ、アウトカム評価の基準である「腹囲-2cm、体重-2kg」の早期達成に寄与します。

**【調査概要※】**

調査実施機関（指導機関）：薬樹株式会社

調査期間：2022年10月～2023年8月

調査目的：カロミル特定保健指導（現、カロミル保健指導）効果検証

調査対象者：期間中に初回面談～最終評価まで行った特定保健指導の対象者のうち、3期版カロミル特定保健指導による支援者

**●管理栄養士監修の支援ツールで現場負担を削減し、支援完了率UP**

特定保健指導の支援現場では、「手紙や電話支援はやりとりに時間がかかり、支援完了率が上がらない」「指導対象者の食生活状況が正確にわからず効果が出づらい」といった課題がありました。このような課題を解決すべく、「カロミル保健指導」は特定保健指導の実施経験を持つ当社の管理栄養士が監修し、第4期対応の支援ツールを開発しました。

<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：pr@calomeal.com

プレスリリース：2024 年度開始「第 4 期特定保健指導」に対応したオンラインツール「カロミル特定保健指導」の本格開発スタート

<https://www.calomeal.com/pressrelease/20231025.html>

2 月 1 日よりスタートしたトライアルで先行体験をされた指導機関の方からは、

- チャットで連絡が取れるため、やりとりがスムーズになることが期待できる。適切なタイミングで支援が可能となり、-2 kg の成果につながられそう。
- 対象者の食生活状況をデータでタイムリーに知ることができ、よりの確な食事のアドバイスが可能になる。

といったご感想をいただいています。

過去、特定保健指導で「カロミル」を活用した病院では、電話・手紙の支援と比較して完了率が 43%⇒86%まで上昇し、平均収益が約 40%アップした事例もありました。

「カロミル保健指導」は、チャットでの気軽なやり取りで、お互いに時間が拘束されることなく支援が実施できるほか、対象者の健康状態をリアルタイムに確認しながら支援ができるので、適切かつ成果に繋がりやすい支援に貢献します。

#### 【健康管理アプリ「カロミル」について】

<https://youtu.be/I5D8o4D4TiA>

食事・運動・体重管理アプリです。食事記録に関しては、写真 1 枚で毎日の食事を記録し、AI（人工知能）の画像解析技術によって自動で栄養価を割り出し登録します。カロリーだけでなく、たんぱく質、脂質、炭水化物、塩分、糖質、食物繊維、ビタミン、ミネラルなど 28 種類の栄養素の計算・記録もできるので、ダイエットのみならず、栄養バランスを考慮した健康管理が可能です。また、食事記録だけでなく運動・バイタルの管理機能もそなえ、「健康のトータルマネジメント」を実現しています。会員数は 300 万人を超えました（2024 年 1 月時点）。

#### 【ライフログテクノロジー株式会社について】

<https://calomeal.com/>

管理栄養士、エンジニア、データサイエンティスト、人工知能の研究者で構成されたヘルスケア関連のテクノロジー企業です。2016 年 2 月に創業以来、東京、宮崎の 2 拠点と、全国からリモートワークで活動するスタッフと共にヘルスケアアプリ「カロミル」の開発・運営を行っています。自社アプリの開発だけでなく、様々な業種の企業や大学、医療研究機関などと健康管理や食生活に関する共同研究、新たなサービスの立上げを行っています。

#### ◆サービスに関するお問い合わせ先◆

ライフログテクノロジー株式会社 [info@calomeal.com](mailto:info@calomeal.com)

#### <報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：pr@calomeal.com

◆報道関係の方のお問い合わせ先◆

ライフログテクノロジー株式会社

広報： [pr@calomeal.com](mailto:pr@calomeal.com)

社 名： ライフログテクノロジー株式会社（Life Log Technology, Inc）

所在地： 〒103-0027 東京都中央区日本橋三丁目 2 番 14 号 新槇町ビル別館第一 1 階

設 立： 2016 年 2 月

資本金： 9 億 5,459 万円（資本準備金含む）

代表者： 代表取締役 棚橋繁行

<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報： [pr@calomeal.com](mailto:pr@calomeal.com)