

栄養学とITの力で明日の健康を広く届ける 食生活改善アプリ「あすけん」

株式会社 asken (東京都)



画像解析で
簡単記録

AI を活用し個別に
アドバイス

栄養素の過不足を
グラフ化

栄養バランスを重視した食生活改善アプリ。管理栄養士のノウハウが詰まったAIの個別アドバイスにより、カロリーに加えて、食生活の改善目的に合わせて管理栄養士の見識から重要だと判断した栄養素の摂取状況(14種類)を可視化し、行動変容を促す。AIを用いて、食事画像をアップするだけで自動的に栄養バランスも表示される。

受賞
ポイント

- ★ 食生活改善アプリのパイオニア。ダイエットなどをきっかけとし、生き生きとした生活への行動変容を促す「仕組み」と「仕掛け」を短いサイクルで洗練していくPDCA型サービス進化システムを構築している。
- ★ 管理栄養士の見識とノウハウをデジタル化によって使いやすい形に展開し、誰もが栄養バランスの取れた食生活を目指せるプラットフォームを実現。コロナ禍で健康への関心が高まり、一層支持を拡大している。
- ★ 海外展開にも精力的に取り組む。日本発のサービスイノベーションを世界中に広め、肥満と生活習慣病にかかる地球規模課題の解決に貢献する潜在力を有している。

事業内容

食事写真を登録するだけで始められる

ダイエットしたい・健康になりたいという人のための食生活改善アプリ「あすけん」を提供。食事画像を登録するだけで、14種類の栄養素の摂取状況を自動的にグラフ化。加えて、各人に応じたアドバイスも得られる。アドバイスまで得られるヘルスケアアプリは他に類がない。食事管理、食生活記録の機能も備える。2016年より北米でも展開。

サービス提供の背景・経緯

食×ITによる社会課題の解決を目指す

「ひとびとの明日を今日より健康にする」をミッションとし、食×ITによって社会課題の解決を目指す。2007年、親会社であり社員食堂等を運営する株式会社グリーンハウスが、新規IT事業創出を目指し社内ベンチャーとして立ち上げ、栄養管理の専門的アドバイスプログラムを開発する。

栄養士の見識やノウハウをデジタル化

親会社に在籍する約2,000人の管理栄養士・栄養士の見識やノウハウをデジタル化。栄養士は食生活改善のプロフェッショナルであり、その力を広く社会に届けることを目指す。2014年、スマホアプリをリリース。誰もが栄養バランスの取れた食生活を目指すプラットフォームを構築する。

サービスの概要とその革新性

20万以上のパターンの中からアドバイスを選出

10万種類以上の食事メニューの栄養素データを保有。AIを活用してデータを組み合わせ、20万以上のアドバイスパターンを作成。その中から適切なものを自動表示。褒めるアドバイスもあれば、厳しいものもある。アドバイスを通じて、顧客による行動変容(食生活改善)を促す。他の健康管理アプリとのデータ連携も可能。

100点満点での評価と細やかなアドバイス

食事や体重に加えて、ウォーキングやランニングなどの運動の記録も可能。1日の食事と運動量を記録すると、100点満点で採点(あすけん健康度)され、細やかなアドバイスが得られる。また、自分に合った目標とダイエット方法を選択可能。不適切な食習慣、肥満や生活習慣病への懸念、無理なダイエット、ダイエットとリバウンドの繰り返しを観察される場合には、それへのアドバイスが示される。

サービスの成果・実績とその優越性

栄養素の過不足をわかりやすく可視化

ヘルスケアアプリのパイオニア。栄養素の過不足をわかりやすく可視化する。高いレビュー評価と顧客満足度を維持。会員数は堅実に増加し、国内最大級。国内では470万人(2020年10月現在)に達している。

サービスイノベーションとして優れている点

行動変容を促すPDCA型のサービス進化システム

食事記録をきっかけとし、健康な生活への行動変容を促す仕組みと仕掛けを短いサイクルで洗練させている。PDCA型のサービス進化システムを構築している。

顧客同士による価値共創の場を形成

ダイエット経験を相互閲覧できるプロフィール、顧客同士が励ましあう日記、栄養士からの励ましが届くチア(応援)メールなど、食生活改善の習慣化を促す仕掛けが盛り込まれている。楽しいから続くという、継続を促す仕組みを内包している。顧客同士でのやり取りを通じた気づきや学びによる

組織データ

組織名	株式会社 asken	創立年	2007年
業種	情報関連サービス	本社所在地	東京都
URL	https://www.asken.inc/	従業員数	24名

価値共創の場が生まれている。

社会の発展への寄与

食生活改善のプラットフォームを提供

栄養士の見識とノウハウをデジタル化し、誰もが楽しみながら栄養バランスの取れた食生活を目指すプラットフォームを提供している。この仕組みは、健康以外の領域にも適用できるモデルである。世界の中で、人口あたりの栄養士数は日本が第1位。栄養士が有する見識を活用した、世界への貢献という観点からも、更なる成長が期待される。

医療機関での改善指導、企業向け研修でも利用可能

病院等での患者への食生活改善指導にも使用可能。医師が患者と一緒に目標設定を行えば、「あすけん」が食事記録や毎日の食事選択をサポートしてくれる。企業向け研修(保健指導、健康改善)での食事指導ツールとしても使用可能。企業の健康増進の取り組みでも活用され、忙しくても手軽に食事内容(栄養素の過不足など)を把握し、改善につなげられる。

■アドバイスの例

