



藤沢記者クラブ各位

アプリを使った「食べる！」健康習慣づくり 事業を実施します！

このたび、本市では、デジタル技術を活用し、市民の健康のさらなる増進を図ることを目的に、株式会社 asken が提供する AI 食事管理アプリ『あすけん』を活用した、市民向けの健康習慣づくり事業「『あすけん』アプリ de ヘルスケア」を実施します。

本事業では、20～70 歳代の幅広い世代の方にお申込みいただいております。体組成計測定を兼ねた説明会の後に、2 か月間アプリを活用いただき、食事管理を通して健康生活の習慣化を図ります。

■「『あすけん』アプリ de ヘルスケア」事業概要

【概要】

アプリ使用期間：2024年1月17日（水）～3月31日（日）

募集人数：日常的にスマホを使っている市民の方（50人程度）

申込期間：2023年12月20日（水）～2024年1月10日（水）

※現在は申込受付を終了しています。

参加費：無料

参加者説明会：2024年1月17日（水）10時～12時

（藤沢市役所本庁舎5階5-1・5-2会議室）

【参加者のメリット】

1. あすけんプレミアムサービス*1が期間中無料で利用可能。
2. 説明会時に体組成計で体の状態をチェックします。終了時までの変化がわかる。
3. 終了時の測定会（任意参加）では、参加期間中を振り返る「食生活レポート」をお渡し。

■AI 食事管理アプリ『あすけん』の概要

『あすけん』は、食事画像やバーコードを読み取るだけで、食べた食事のカロリーや栄養



参加費無料
・要申込

食生活が不規則になってきたなあ

鏡を見るたびにちょっと曇りだ

そんな私の「食べる」健康習慣づくり
からだが変わる！これから変わる！

「あすけん」アプリ de ヘルスケア

食事管理アプリ「あすけん」を使って健康生活を習慣化しよう！

アプリ使用期間：2024年1月17日（水）～3月31日（日）
対象者：日常的にスマホを使っている市民の方（50人）
※なお、参加には「説明会」への出席が必要です！

説明会（参加必須）		3つのメリット
日時	2024年1月17日（水） 10時～12時	① あすけんプレミアムサービス（月額480円）が期間中（3月末まで）無料
場所	藤沢市役所 本庁舎	② 説明会時に体組成計で体の状態をチェック！終了時までの変化がわかる！
内容	説明・ミニ講座 ・体組成計による測定	③ 終了時の測定会（任意参加）では、「食生活レポート」をお渡し！

藤沢市 デジタル推進室 健康づくり課

2023年12月20日（水）～1月10日（水）まで、電子申請（応募多数の場合は抽選）

TEL 0466-56-8261

素が表示され、ご自身に合った目標摂取エネルギーや各種栄養素に対する過不足が一目でわかる食事管理アプリです。管理栄養士が監修した食事内容に対するフィードバックや食生活のアドバイスを提供し、これによりユーザーの皆さまがご自身の食事を振り返り、次の食事で何を食べればよいか分かる「食事の選択力」を高めるためのサポートをいたします。

『あすけん』はテクノロジーの力ですべての人の「専属栄養士」となり、あらゆるライフステージにおける健康的な食生活の実現を目指します。

- ・会員数 900 万人*²（海外含め 942 万人）以上
- ・2021 年・2022 年ダウンロード数 & 売上 No.1*³
- ・メニュー数は 15 万件以上
- ・カロリーと各種栄養素 14 項目*⁴の過不足をグラフ表示
- ・AI で自動表示されるアドバイスパターンは 20 万以上

食事管理アプリ『あすけん』サイト：<https://www.asken.jp>

*1：あすけんプレミアムサービス…毎食ごとのアドバイス、食事画像解析機能、目的別の食事アドバイスコース選択などが利用できる有料サービス。料金は月額 480 円。

*2：2023 年 7 月時点の累計会員数

*3：日本国内 AppStore と GooglePlay 合算の「ヘルスケア（健康）/フィットネス」カテゴリにおける、2021 年・2022 年のダウンロード数および収益（data.ai 調べ）

*4：あすけんダイエット基本コースの場合。食事アドバイスコースによって表示される種類は異なります。

*この資料に関する問い合わせ先 藤沢市役所 企画政策部 デジタル推進室
担当：倉本・北川・小野
内線：8666
直通：0466（50）8261