

名古屋薬業健康保険組合ご加入者の皆様へ

ダウンロード後に企業コードをご入力下さい

企業コード:tWgtw

健康アプリの決定版登場!



# カラダかわる Navi



最近、こんなこと思い当たりませんか?



毎日食べている食事、  
カロリーや栄養バランスは大丈夫かな?



歩いたり運動したりしてるけど、  
食事と運動のバランスとれてるのかな?



最近体重が落ちないし、痩せない...



お腹周りが気になってきた



健康診断の結果が気になる



そんなあなたの食事や運動に、  
管理栄養士「カロリーママ」が、



毎日、毎食、すぐに、アドバイスをくれます

喜んだり泣いたり怒ったり...一緒に健康管理をしてくれます!

カラダかわる Navi で楽しく健康管理をしましょう!



Download

このアプリの利用には、別途企業コードが必要  
です。ご担当の方にご確認ください。



iPhone

App Store  
からダウンロード



Android

Google Play  
で手に入れよう

お問い合わせ

アプリについて

(株)リンクアンドコミュニケーション TEL:03-3267-1511 [平日 10:00-18:00] info@linkncom.co.jp

ルネサンスへの入会について

(株)ルネサンス 健康経営推進部 TEL:03-5600-5451 [平日 10:00-18:00]



このアプリは、(株)リンクアンドコミュニケーションの健康アドバイスアプリ「カロリーママ」  
を活用し、スポーツクラブの(株)ルネサンスと共同展開しているアプリです。



Link & Communication



RENAISSANCE

カラダかわる Navi  
楽しく続けられる 5つの特徴

## 1 毎日、毎食、必ずアドバイス

食事を入力すると、カロリー計算だけでなく、栄養バランスや食事内容の良いところ、気をつけることまで“すぐに”アドバイスします。



## 2 次に何を食べたらいいかわかる

「次の食事で何を食べたらいいか?」  
「どのくらいカロリーをとったらいいか?」、  
前向きで未来志向のアドバイスです。

## 3 タイムラインで、楽しくコミュニケーション

タイムライン形式で、カロリーママと会話しながら、ダイエットや健康管理ができます。褒められたり、怒られたり…。カロリーママと一緒に頑張りましょう!



## 4 国内最大10万メニューからカンタン入力!

選択できるメニューは国内最大級の約10万メニュー。  
(2016年6月現在)

ご家庭の食事や加工食品、外食メニューなどが簡単に検索、選択できます。

## 5 続けられる機能も充実!

スマホ内蔵の歩数計(iOS/Android)ともデータ連携。  
歩数を自動で反映し、消費カロリーを計算します。  
よく食べる食事を登録する「MYセット」機能や、  
履歴からも入力できるから、面倒な食事登録もラクラク!



カラダかわる Navi と一緒に、  
あなたも今日から楽しく健康管理していきましょう!