

MONTHLY TAKE FREE MAGAZINE

Pococe

03

March
2022
issue 225
ポコチエ

<https://www.pococe.com>

Cover Interview
篠原涼子

Culture Interview
浅利陽介

食・睡眠・運動・リラックス

自律神経を 整える

NEW LIFESTYLE IN THE NEW NORMAL



Crosstalk: Honami Inoue, Natsu Inui

LEDで血液のニゴリ具合をチエック！

食後の体質チエックで 自分に合ったカンタン お手軽セルフケア

コロナ禍で健康管理への関心が高まる中、
専用のデバイスとアプリを使って
自分で簡単に健康状態をチエックできる
新しいヘルスクエアサーブिसに大注目です。



採血は必要無し！ 自分で手軽にできる 血液の状態チエック

乾 なんとなく体調が優れなくて、病院に行くまでもないかな…、なんてことないですか？

井上 確かに、コロナ禍で病院も大変な状況らしいし、なんだか気が引けますよね。

乾 そこで、自分で血液の状態をチエックできるデバイス「キャライド®」がおすすめです。

井上 自分で血液検査!? 無理無理、採血なんてできないし…。

乾 採血する必要なんて無いんです。食べた食事によって増加した血液中のニゴリを測定することができる機器なんです。

井上 血液中のニゴリ？

乾 そう。血液中のニゴリは、食事で吸収された脂質の量を反映しているから、にこった状態だと内臓脂肪が付きやすいんです。今の自分の状態を把握して肥満を予防したり、食生活の栄養管理にも役立つから、日々健康のためのセルフケアアイテムとして注目されているんですよ。

井上 自分でできるのはいいですね。でも、採血しないですって血液のチエックをするの？

乾 「キャライド®」は、光で静脈血を測定できるデバイスなので、痛みを感じることもないですし、腕に光を当てただけで簡単に測定できるんですよ。

井上 それはうれしい。その測定結果で何をすれば良いかが問題ですよ…。

専用アプリを使って 体重の変化も一目瞭然 自分に合ったアドバイスも

乾 心配ご無用。測定結果は、専用アプリの「MPウェルネス」で簡単に管理できるの。毎日の食事をスマホで撮影してアプリに取り込めば、食事解析機能によって摂取エネルギーが自動で算出されるんです。「キャライド®」で測定したニゴリからは吸収エネルギー量が算出されるから、栄養の過不足も一目瞭然。油を吸収しやすい体質なのか解ります。さらに、対策について専門家からアドバイスを受けることもできるんですよ。

井上 それは便利！ 感覚だけでなく、数値化されたデータで体調管理ができるんですね。体調が悪くならないように、自分で健康管理することは大切ですね。



専用アプリで日々の食事や運動状態が見える化

専用アプリ「MPウェルネス」をスマホにダウンロードして、毎日の食事をスマホで撮影。カロリー、タンパク質、脂質、糖質、食物繊維、塩分それぞれの過不足がわかるほか、運動量や体重変化も記録できます。



年齢、性別を入力しておくと、利用者ごとの栄養素の摂取目標量なども表示してくれるので、家族やパートナーと一緒に使えるのもうれしい。さらに、食事内容をもとにした栄養指導コメントも表示されます。



栄養バランス、血圧、睡眠、体組成、血液データ、運動量、吸収率からの健康指標のほか、食事に関するアドバイスや、おすすめの健康グッズなども紹介してくれます。おすすめされた商品はその場で購入も可能です。

キャライド® にごりチェッカー本体 21,780円
専用アプリ MPウェルネス DL無料(一部課金制)
※法人利用の場合別途相談
☎メディカルフォトニクス(株)
mail: info@med-photo.co.jp
https://med-photo.co.jp

