



毎日の生活習慣を記録・グラフ管理できる無料サイト

『マイライフ手帳』がau公式メニューとしてサービス開始

～ 2006年1月12日オープン～

<http://mylifernote.jp/>

“セルフメディケーション”によるライフスタイルの改善をサポート

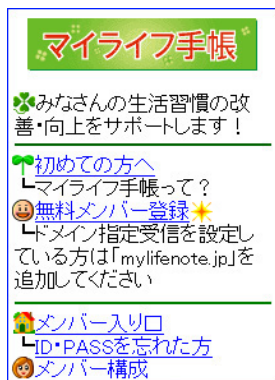
ヒューマン・データ・ラボラトリ株式会社（埼玉県さいたま市、代表取締役：長 誠）は、携帯電話を活用した生活習慣管理サービス「マイライフ手帳」（<http://mylifernote.jp/>）を KDDI の au・TU-KA 公式メニューとして 2006 年 1 月 12 日から提供開始しました。

「マイライフ手帳」は、携帯電話を活用し、睡眠時間や運動レベル、余暇時間、食事量、体重をはじめ、健康補助食品（サプリメント）の摂取量、喫煙本数、アルコール摂取量など、毎日の生活習慣データを手軽に記録・グラフ管理できるサービスです。とくに、健康補助食品（サプリメント）の摂取量を毎日記録・管理できるサービスは業界初となります。会員登録制で利用料は無料です。

■au・TU-KA 公式コンテンツ『マイライフ手帳』アクセス方法

- (1)EZ トップメニュー → カテゴリで探す → ライフ → ヘルス → 『マイライフ手帳』
- (2)URL を直接入力 <http://mylifernote.jp/>

『マイライフ手帳』トップページ画像



[QRコード]



【主なサービス内容】

■データライブラリ・・・日々の生活習慣データを登録・変更できます。毎日配信される「マイライフメール」の URL から、すぐに登録画面にアクセスできるため、毎日の登録作業の煩わしさを軽減します。

<記録・管理できる生活習慣情報>

- ▽食事量
- ▽健康補助食品（サプリメント）の摂取量
- ▽睡眠時間
- ▽余暇時間
- ▽運動レベル
- ▽身長・体重
- ▽BMI 値
- ▽アルコール摂取量
- ▽喫煙本数
- ▽ごきげん
- ▽今日のひとこと

■**マイライフチェック**・登録した生活習慣データを、過去7日間および1か月単位でグラフ表示します。日々の生活習慣を振り返ってチェックすることができます。

■**マイライフポジション**・他の会員と比べて、自分の生活習慣レベルがどのポジションにあるのかをグラフで確認できます。

■**サプリランキング**・会員の入力情報を基に、利用率の高い健康補助食品（サプリメント）をランキング形式で紹介します。“本当に利用されている”ランキングがわかるのは「マイライフ手帳」だけです。

■**ごきげんチェック**・「今日のひとこと」に入力された各会員のコメント情報をピックアップして公開します。各会員のその日の気分やコメントを検索・閲覧できます。

※「今日のひとこと」は、登録する際、公開希望／非公開を選択可能。

■**サプリライブラリ**・データベースに登録済みの約1万2000点の健康補助食品（サプリメント）や医薬品、健康茶などの商品情報が検索できます。各商品に含まれている代表的なサプリメント成分の解説付きです。

■**今日のコラム**・会員の生活習慣データを基に、生活や健康に関する身近な話題をとりあげます。

■**美容・健康トレンド情報**・美容や健康に関する最新トレンド情報、話題のトピックスを提供します。

また、「マイライフ手帳」では、今後、以下のコンテンツを配信予定です。

■**データアベレージ**・会員の生活習慣データをウィークリーで集計して平均データを紹介します。

■**食材百科事典**・野菜、魚介類、肉など約500品目の食材の特長、主な栄養素などを紹介します。

ヒューマン・データ・ラボラトリでは、本サービスで2006年末までに10万人の会員獲得を目指してまいります。また今後は、利用者に対して魅力的なサービスを提供していくと同時に、本サービスの生活習慣情報を統計処理し、生活習慣トレンド情報として内外に提供してまいります。

<本リリースに関するお問い合わせ先>

ヒューマン・データ・ラボラトリ株式会社

担当者：唐沢正和

info@humandatalab.com

TEL/FAX 048-678-2661

【ヒューマン・データ・ラボラトリ株式会社について】

代表者：代表取締役 長 誠（おさ まこと）

本社所在地：埼玉県さいたま市南区白幡2丁目16番12号 グリーンパレス202

設立年月：2005年6月

URL：<http://www.humandatalab.com/>

事業内容：

- (1)インターネットおよび携帯電話による情報サービス
- (2)消費者データを基にしたマーケティングリサーチ
- (3)調査レポートの作成・分析
- (4)データウェアハウス（DWH）コンサルティング