

健康状態見える化アプリ【いずみおおつ マイ・レコ】



市では、未病予防対策先進都市をめざし、ICTを活用した健康づくりの取り組みを、官民連携・市民共創で行っています。



詳しくはこちら！

【いずみおおつ マイ・レコ】アプリの機能概要

「いずみおおつ マイ・レコ」アプリは、「アスマイル」アプリや「からだの見える化」、「市の健康情報」など、市の健康づくりの取り組みを一つに詰め込んだポータルサイトで、スマホから簡単に始めることができます。

アプリには他にも楽しいコンテンツが盛りだくさん！
本サービスをきっかけに、自分に合った生活習慣を身に付け、健康な人生を手に入れましょう！



POINT 1 2

様々な健康サービスと健康情報にリンクします。各サービスの機能についてはチラシ下部「いずみおおつ マイ・レコアプリから見られる色々なサービス」をご覧ください。

POINT 3

毎日の歩数が表示されます。スマホを持ってたくさん歩いて、「歩数送信」を押しましょう！

POINT 4

歩数の計測機能の他に、写真の投稿ができます。お気に入りの場所に出かけて、思い出を写真におさめて投稿してみましょう！

いずみおおつマイレコの由来

マイ(my)・レコ(record, reconditioning)：体調を整え、本来の良い状態を取り戻すことから名付けました。



POINT 5

スマートフォンから収集した情報をもとにAIが健康リスクを推定します。判定結果をチェックして、改善ミッションにチャレンジしてみましょう。



※「健康マイレージプラス」の画面イメージ

POINT 6

歩数ランキングやコインを確認できます。コインは、投稿写真をデコレーションするバッジの購入に利用できます。また、貯めたポイントは抽選で素敵なプレゼントに交換できる予定です。

「いずみおおつ マイ・レコ」アプリからみられる色々なサービス

<p>1 アプリ画面の面</p>	<p>アスマイル</p> <p>大阪府が提供する健康サポートアプリです。アプリ登録すると健康づくり活動の記録や毎日のウォーキング等で府民ポイントが貯まります。さらに、市の健康づくり活動に参加すると「泉津市ポイント」が貯まります。</p>	<p>市の健康情報</p> <p>予防接種やけんしんのご案内、健康づくりに関連する動画やイベント等の健康情報を集約して掲載しています。</p>
<p>2 からだの見える化</p>	<p>カゴメ 野菜をとろう</p> <p>「ベジチェック(1日あたりの推定野菜摂取量を測定)」の結果記録や日々の食事記録、献立作成などを行えます。</p>	<p>InBody</p> <p>筋肉や脂肪などの部位別に分析した体組成測定結果や推移をチャートやグラフなどで表示します。</p>
	<p>アシックスウェルネスコンサルタント</p> <p>ウォーキングサポートやトレーニングプランを考案し、健康的な運動習慣の確立を支援します。</p>	<p>からだものさし</p> <p>自分にあった習慣・対策を選ぶために、自身の状態やタイプをセルフチェックできる郵送検査キットを紹介します。</p>