

完全オンラインで体重減少を支援するアプリ

キュア・アップは、生活習慣改善による体重減少プログラム「ascure STEPS」（アスキュア ステップス）を、2019年4月に開始すると発表しました。アプリやIoTワイヤレス体重計、オンライン指導などを活用して「完全オンライン」でサービスを提供。「生活習慣改善プログラム」を通じて、特定保健指導に対応しています。



アプリと連動するIoTワイヤレス体重計を提供することで、体重計に乗るだけで手間なくアプリとデータ連携できるようになりました。キュア・アップ所属の指導員がアプリや体重計から得られるデータを確認。オンラインのビデオ通話による個別の指導やカウンセリングを実施します。参加者は通う負担がないため、始めやすく、継続しやすい利点があります。



ascure STEPS は CBT（認知行動療法）のアプローチを用いた「スタートプログラム」「習慣化サポート」「習慣化マネジメント」という3つのステップで進行し、体重減少を促進します。生活習慣改善の努力対象を絞ることで成果が出やすい「弱点」を参加者ごとに特定し、「最小の努力で最大の成果」の創出を実現していく予定。すでに特定保健指導の対象としたテストでは、従来の特典保健指導を大きく上回る体重減少を実現しています。

