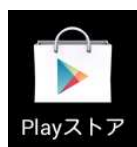


「撮って栄養 汎用版」(Android 版) 利用マニュアル

2013 年 2 月

● 撮って栄養インストール & 操作手順

1) スマートフォンのメニュー画面から「PLAYストア」をクリック



2) 検索で「撮って栄養」と入れて検索を行います



検索結果の「撮って栄養 (汎用版)」を選ぶ

3) 「インストール」ボタンをクリックしてインストールを行います

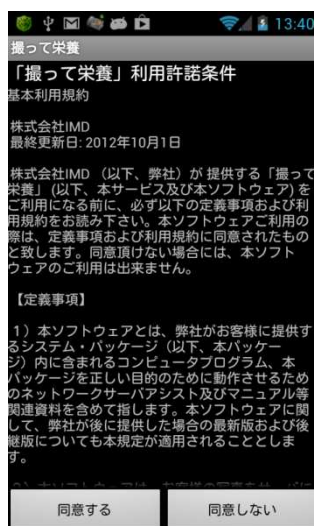


4) インストール完了後、「撮って栄養」アプリのアイコンを開きます



※OSバージョンによっては、「アプリ一覧」にのみアイコンは作成されます。

5) アプリ起動後に利用規約を確認し「同意」します。



※同意されない場合は、本アプリ及びサービスはご利用になれません。

6) 利用規約に同意すると、送信画面が表示されます



「撮る」ボタンでカメラが起動し、写真を撮ることができます。
「見る」ボタンで、グラフと、食歴（食事履歴）を見る事ができます。（後述）

7) 「撮る」でカメラを起動し、写真を撮って「送る」





「補足」から、テキストメモ、または、音声メモをつける事ができます。
写真の左右上下は撮影時の方向に自動的回転する処理を加えています。

<ヒント>

管理栄養士等が写真を確認し、食品や量を記録しますので、
写真だけでは判別が難しいものには「補足」をつけると精度が上がります。
サイズや大きさ、内容物が分かりやすくして頂けると精度が上がります。
サイズが分かり難い場合、お箸やフォークと一緒に撮って頂ければ分かりやすいでしょう。

以下、8) と 9) については初回のみの設定となります

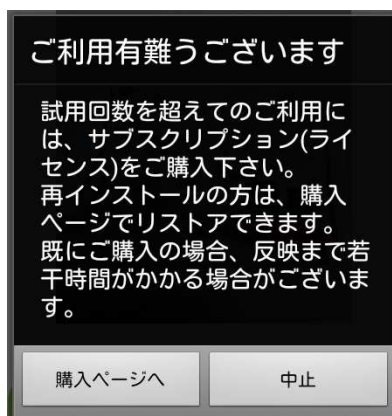
8) 「送る」をクリックで、**初回のみ**アカウント設定画面が表示されます。



既にアカウントがある場合はログイン ID とパスワードを入力します。

新規登録を行う場合は「新規登録（無料）」からアカウント(ID) を自動発行します。

9) **初回のみ**アカウント設定後に、写真を再度「送る」と、お支払いの確認画面が表示されます。



サブスクリプションの案内が表示されたら、Play ストアで購入手続きを行います

※「サブスクリプション」は Google 社によるライセンス支払い方法です

※クレジットカードでのお手続きとなります (2012 年 1 月現在)

以上、8)と9)については初回の設定で、以後は表示されません。

初回のみ、以下の10)で、初めて送信されます。

10) 写真を「送る」で以下の案内が表示され、写真が送信されます。



「以後、このメッセージを表示しない」を選ぶと、この画面は表示されません。

11) 担当栄養士スタッフにより処理が完了すると、通知が届きます。



これをクリックして開くと、アプリが立ち上がり、以下のようなカレンダー（食歴）画面が表示されます。



灰色に変わっている日付を開くと、以下のような食事結果が確認出来ます。（後述）



アプリを終了するには、「戻るキー」や「ホーム」で終了させて下さい。

● 食歴やグラフの確認



アプリ起動後に「見る」を選択すると、グラフと食歴選択が表示されます。

食歴を選択



カレンダーの日付を選ぶと、その日の食歴が表示されます。

※日付が灰色になっていない日の情報は、アプリに情報がありません。(同期されていません)

※アプリを新規インストールした場合、1日に1週間～1カ月ずつ過去の食歴が同期されます。(利用されたIDによる食歴が「モバイルダイエット」「からだモバイル」「撮って栄養」「フードサーチ」などにあった場合は、上記時間をかけて自動同期されグラフや食歴に表示されます。)

※本アプリと並行して「フードサーチ」「モバイルダイエット」「からだモバイル」を同じスマートフォンでご利用頂いた場合、写真も含めて食歴は常に同期され、グラフ化もされます。

食歴画面からの共有（送信）



画面下部「共有」ボタンによって、メールやSNSへ食歴を送信・投稿することが出来ます。

※写真がある場合は、その写真も添付されて送信されます。

※共有できる機能やアプリは、そのスマホにインストールされているアプリやサービスに依存します。インストールされていないアプリはご利用できません。

食歴画面の画像の変更



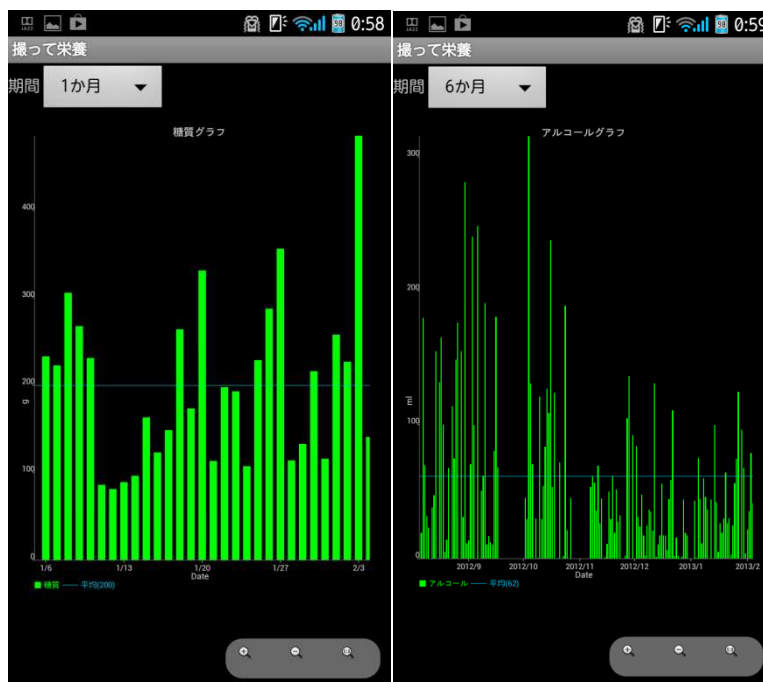
食歴画面で画像（画像がない場合は「No images」アイコン）を長押しタップすると、写真を選ぶアプリ選択が求められ、そこで選んだ写真に変更されます。

グラフの選択



グラフを選択すると、どの栄養成分についてのグラフを表示するか選択画面が表示されます。

※この栄養成分については、今後追加や変更される場合があります。



各栄養グラフでは、期間を選ぶことで拡大やズームを行い、平均値や傾向を分析できます。

● 撮って栄養の設定

起動直後、スマホの Menu ボタンを押すと、以下のメニューが表示されます。



「設定」では以下の項目を設定できます。

- 「アカウントの設定」・・・ログイン ID とパスワードを確認
- 「更新間隔」・・・撮って栄養の食歴受信やグラフの更新間隔を設定
- 「更新通知」・・・更新を通知するか設定
- 「Wi-Fi 接続限定更新設定」・・・サーバとの通信を Wi-Fi 接続に限定するか設定
- 「GPS 使用」・・・位置情報の取得に GPS を使用するかどうか設定

※位置情報により、栄養士等が外食などの店舗を把握でき、精度が上がる場合があります。

【ご注意】

※位置情報は撮影時に写真に標準規格である EXIF 方式で付与されますので、食歴の共有時にも位置を把握できます。例えば、EVERNOTE などのアプリで共有すると地図上にマッピングできますが、情報の取り扱いについては十分ご留意下さい。

● 撮って栄養のアカウントを PC で使いグラフを見る

撮って栄養で取得したアカウントを PC 上で利用するには、次のサイトで確認できます。

URL <https://SSL.mobada.jp/m/>

※通常「モバイルダイエット」のサイトですが、アプリでの利用状態に応じて「からだモバイル」などの高度な分析を行うサービスにアカウントのステータスが自動移行される事があります

アクセスし「スタート」から、ログイン ID とパスワード入力してログイン後、PC から食事の記録や、記録状況の確認などが行えます。

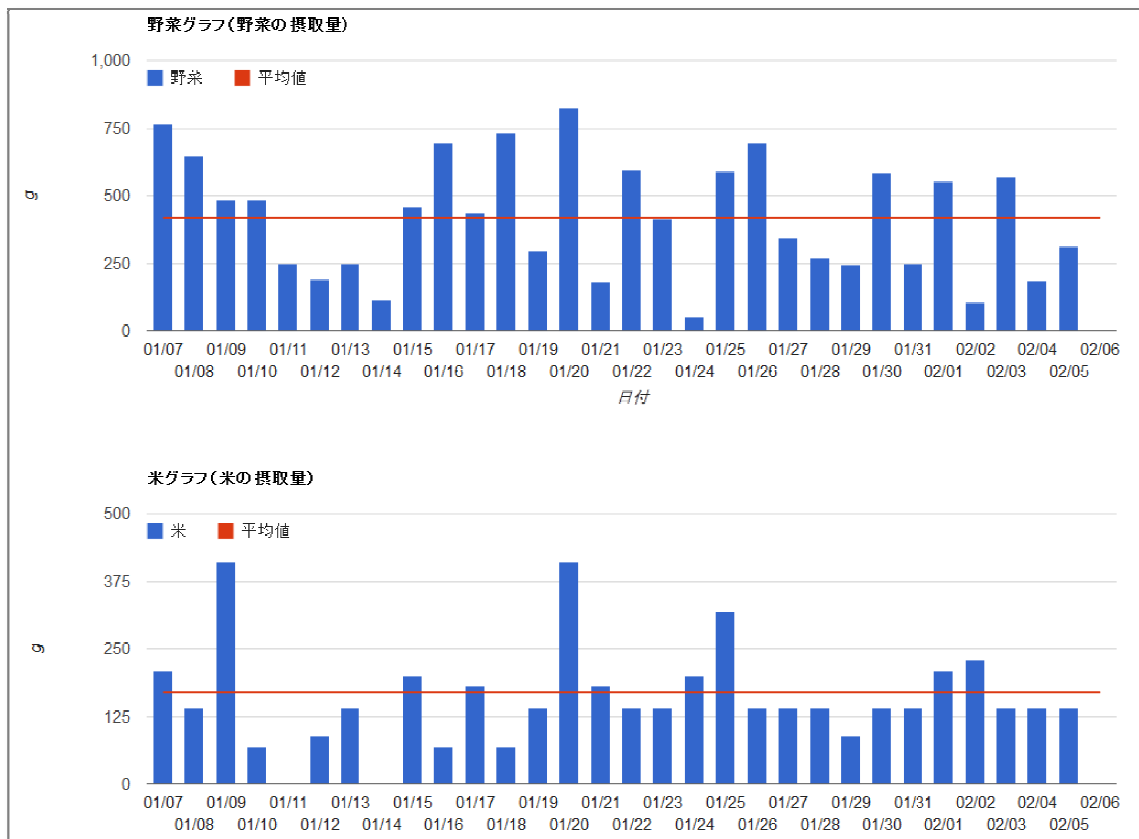
また、スタートページの「詳細分析グラフ」から分析グラフを確認する事ができます。

(「詳細分析グラフ」→「全分析の表示」が一番詳細なグラフとなります)

PC での栄養分析グラフ例

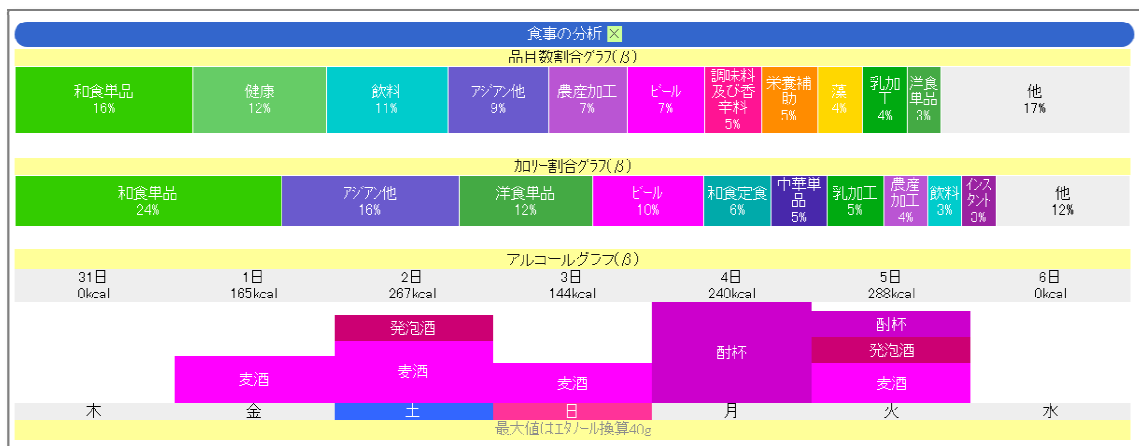


※体重も記録している場合

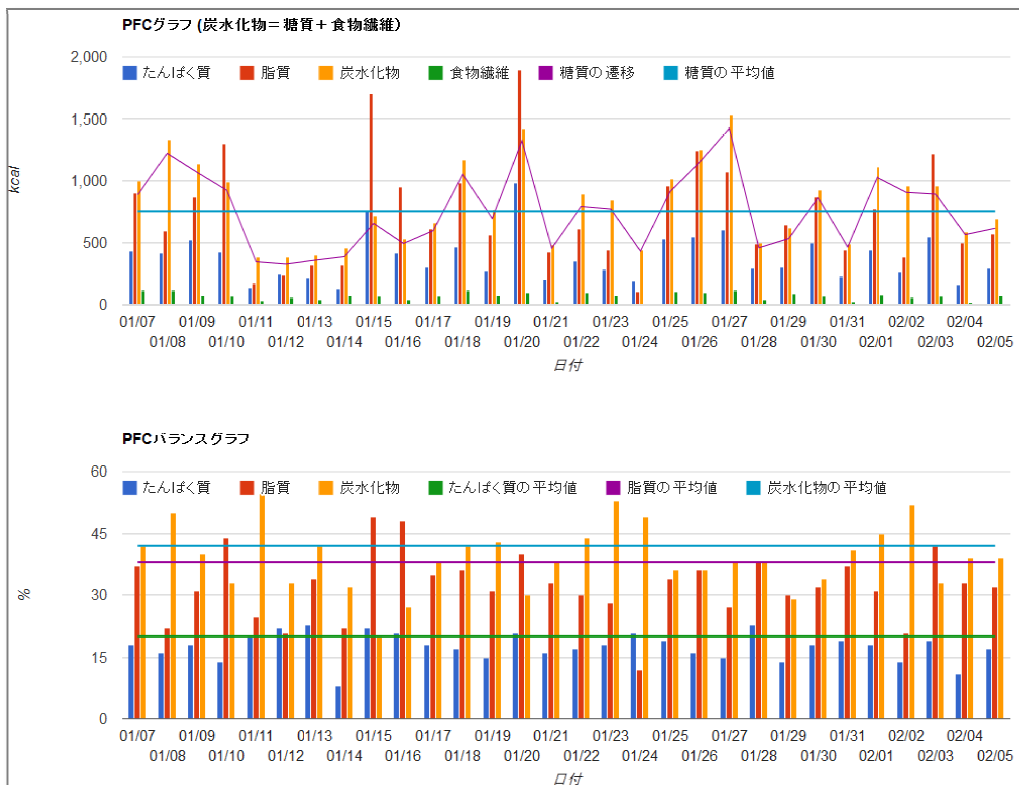


食事に含まれる「素材量」を自動分析してグラフ化しています。

※食事の食品毎に構成材料に分解し、その材料のカテゴリをもとに分類しています。
 ※例えば「ラーメン」にほうれん草が入っていた場合、ほうれん草は野菜のため、野菜グラフに該当量（そのラーメンに一般的に入れるであろう量）が加算されます。



料理のカテゴリや傾向、アルコールの種類毎の摂取エネルギーをグラフ化しています。



18:52 (1/1) [※修正する](#)

- 無添加野菜 48種の菜、野菜100%(1パック200ml)(Xキリンビノレック) (51kcal)
- アイスコーヒー(ブラック) (8kcal)
- しつかり濃厚4.4(1杯分200ml)(Xメイト) (150kcal)
- ム・バ・ド・ル 餅田ア(1口15粒)(Xアサヒフ ドアンドヘルスケア) (10kcal)
- ルーカールーネオールーネン+α-リボ酸(1日8粒) (8kcal)
- ミネアルミックス(1回分)(Xサイン) (2kcal)
- トクガクシ(4kcal)
- アイランドサ(1回分)(Xサイン) (1kcal)
- すり胡麻(10g) (83kcal)
- こぼん茶碗1杯(140g) (235kcal)
- キムチ (23kcal)
- 味噌汁(辛ミ) (49kcal)
- わかめ/ゆか/わかめ/生 (3kcal)
- 金かつお梅風味魚粉(1パック45g)(Xミツカン) (83kcal)
- 純正水車粉(5ml)(Xミツカン) (7kcal)
- 無添加(8粒)(1切) (48kcal) (X2)
- 主婦家日キムチ(1人前20g)(無添加物) (12kcal)
- Natural/ヤスミンティー(1本300ml)(X伊藤園) (0kcal)
- りんごジュース(果|100%) (1杯) (86kcal)

1994

2018年01月27日 (計3食 4004kcal)

00:45 (1/2) [※修正する](#)

- 烏酒(1100ml)(清酒) (103kcal)
- 銀河高原ピル(350ml)(X銀河高原ピル) (189kcal)
- キムチ (23kcal)
- すり胡麻(10g) (83kcal)
- 味噌汁(辛ミ) (49kcal)
- わかめ/ゆか/わかめ/生 (3kcal)
- 鮭の塩焼き (306kcal) (X15)
- アサヒスーパードライ(1本350ml)(Xアサヒビール) (147kcal)
- おつまみミックス(1袋)(10g)(Xファミリーマート) (918kcal)

1121

グラフの後には、食歴が写真付きで表示されます。(内容を修正することも出来ます)