

Digital Healthcare, Values to Human Life.



[체중관리 건강노트] 사용자 매뉴얼



회원가입_기초설문

사용자가 입력한 생활습관 관련 설문에 따라 주요 개선 생활습관 관리 목표 및 상태를 제공합니다.



설문 시작 버튼 선택하여
기초설문 진행

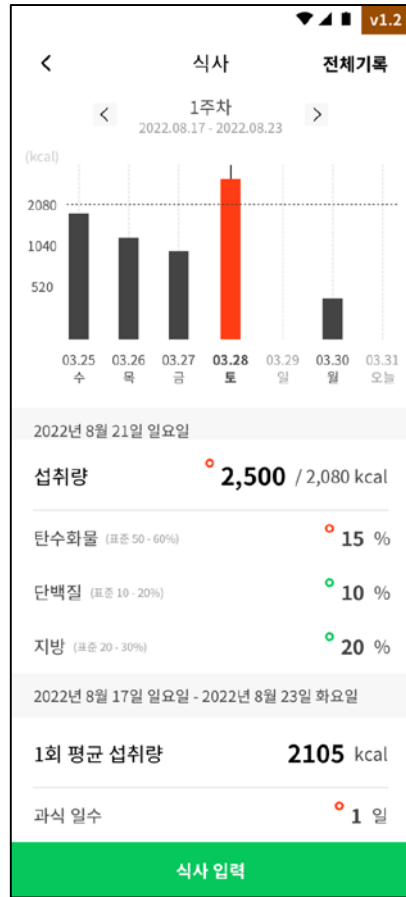
기초설문 후
생활습관 분석결과 확인

생활습관 분석 결과에 따른
나만의 관리 목표 확인

체중관리 건강노트의 5가지 주요기능

체중, 식사, 운동, 음주, 수면에 대한 라이프로그 입력을 통해 5가지 생활습관 변화 정보 확인이 가능합니다.

식사관리



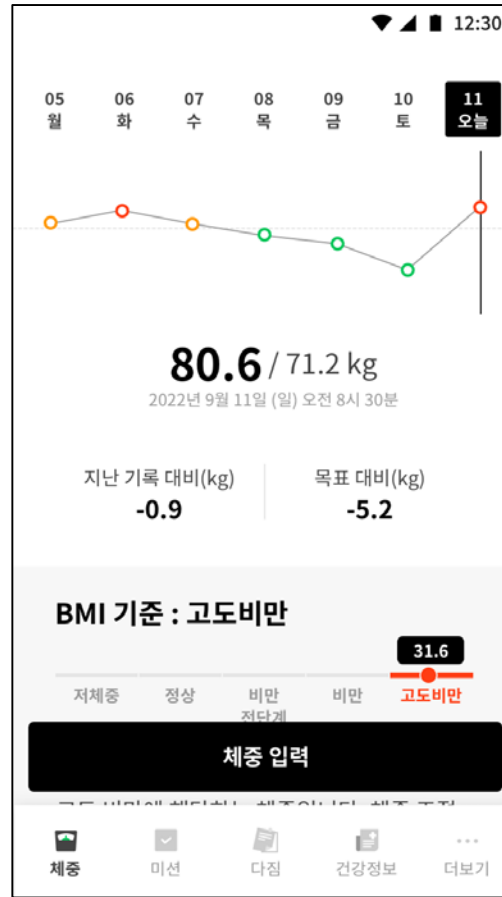
총 섭취칼로리
영양소비율(탄/단/지)
최근섭취음식(2개월)

운동관리



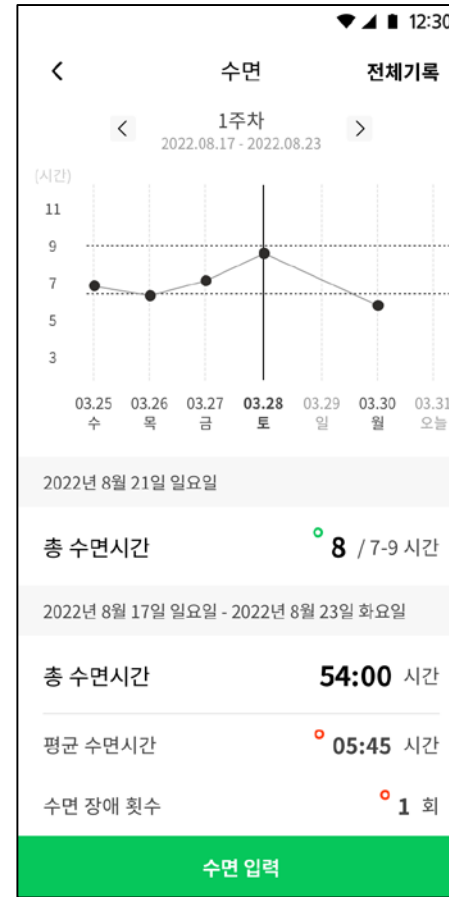
총 소모칼로리
운동종목 및 시간

체중관리 (홈)



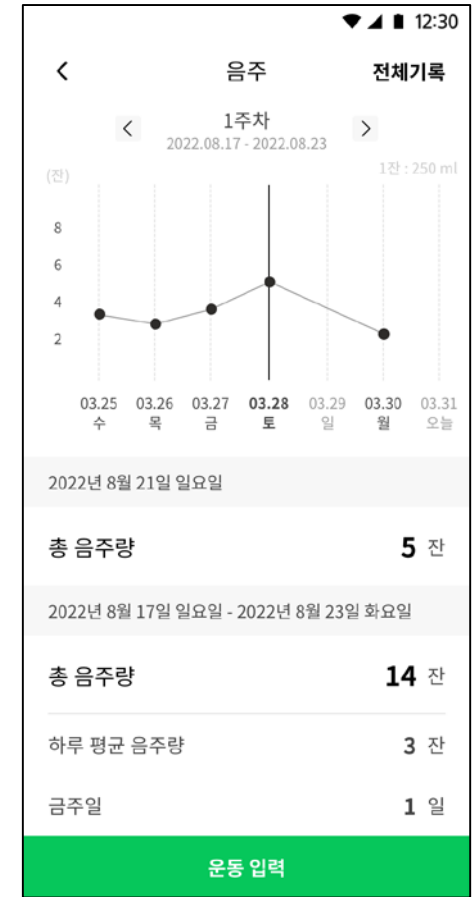
최근측정체중 및 표준체중
체중변화량 및 그래프
비만도 평가(BMI)

수면관리



당일 수면시간
평균 수면시간
수면 장애 횟수

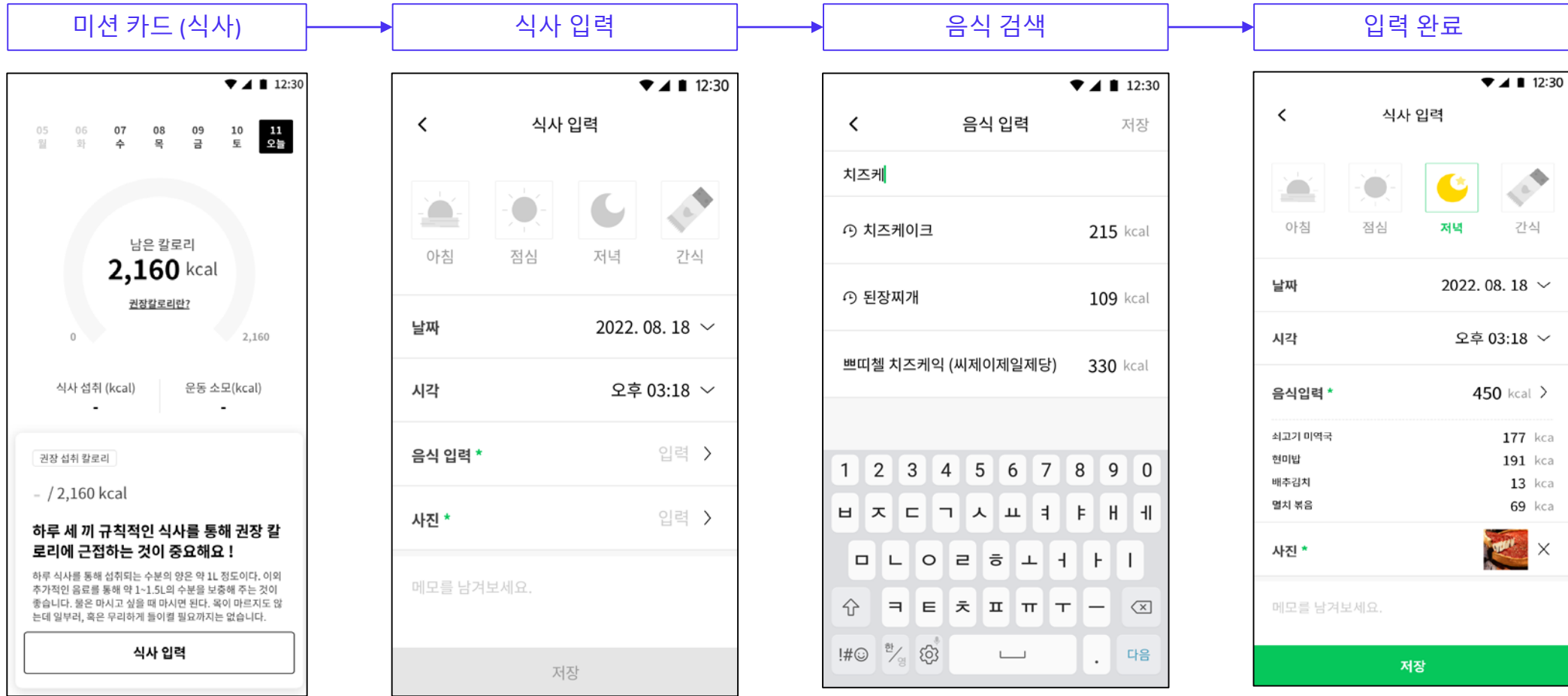
음주관리



주간 음주횟수
주간 음주량

생활습관 미션 입력 flow

1일 단위 생활습관 미션을 제공하여 사용자의 상태를 확인하고 개선에 도움이 되는 피드백을 제공합니다.



식사 미션 카드에서
식사 입력 버튼 선택

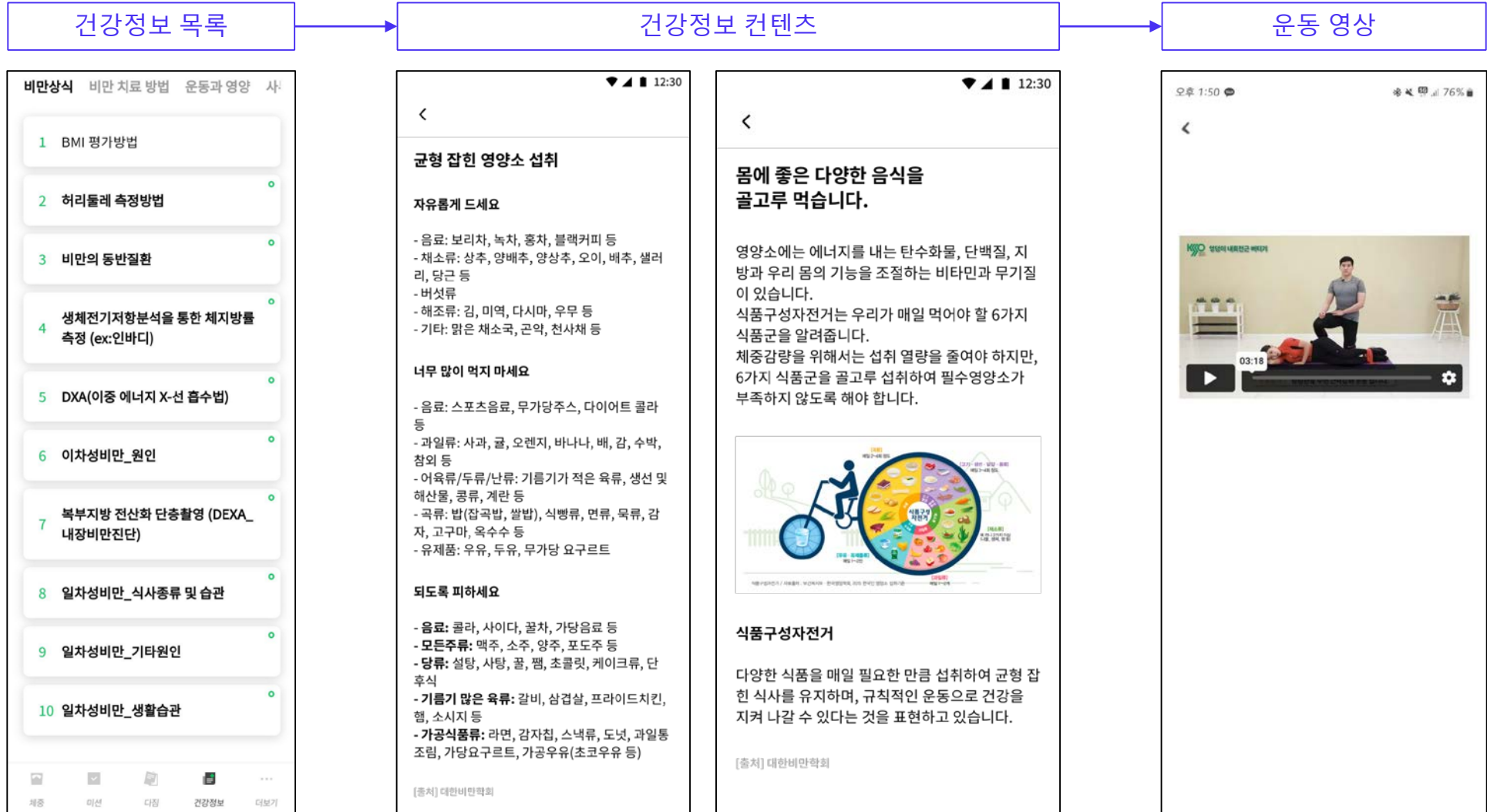
음식 입력 선택

음식명 검색 후 선택

모든 항목을 입력한 후
저장 버튼 선택

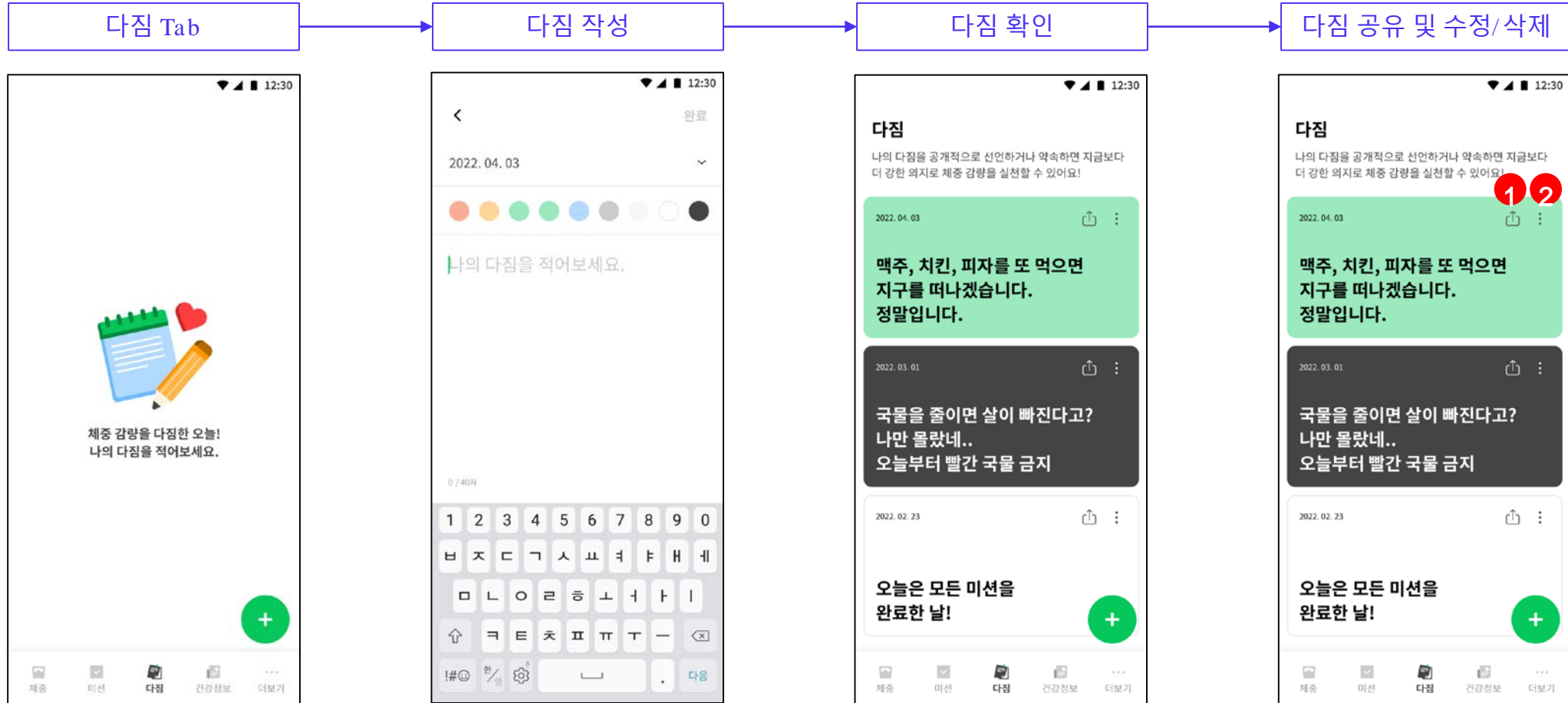
건강정보

9가지 카테고리로 분류된 건강정보 콘텐츠를 활용하여 사용자의 건강 개선에 도움을 줍니다.



다짐(공개선언_SNS공유)

나의 다짐을 작성하고 SNS 공유를 할 수 있습니다.



오른쪽 하단 + 버튼 선택하여
새로운 다짐 작성하기

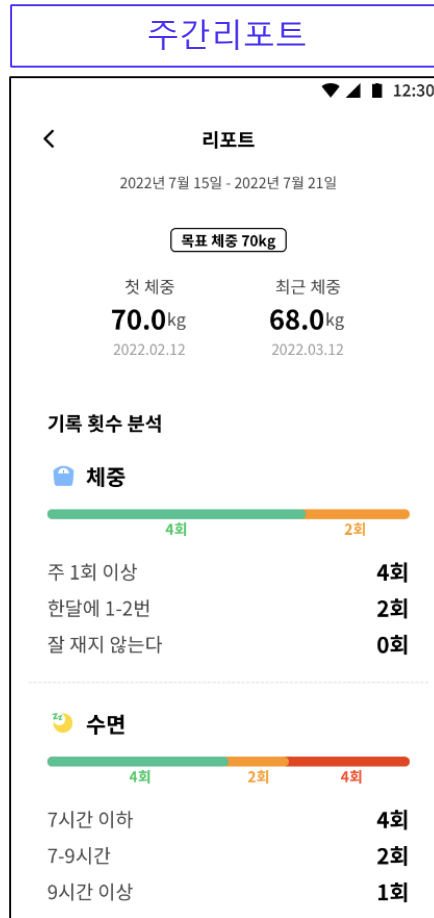
원하는 배경색 선택 후
나의 다짐 작성 (40자 이내)

내가 작성한 다짐을
목록으로 확인 가능

1번 선택 시 SNS로 공유 가능
2번 선택 시 수정 및 삭제 가능

더보기

주간리포트, 미션 수행도에 따른 리워드, VOC를 확인할 수 있습니다.



주간리포트에서 생활습관 별 나의 기록 횟수 확인 가능



내가 달성한 루틴을 확인하고 배지를 받을 수 있음



사용자가 직접 궁금한 점을 질문할 수 있는 메뉴