

# 〈妊産婦の皆様へ〉 ご自身の健康状態を デジタルで**見える化** しませんか？

睡眠時間や血圧など、  
バイタルデータを計測できる  
健康機器を無償で貸し出します。  
計測した結果はアプリに記録され、  
いつでも確認ができます。  
ご自身の健康管理に、  
お役立てください。

## お申し込みについて

申込方法：  
姫路市ホームページから  
お申し込みください▶



対象者：  
姫路市内にお住まいの妊産婦の方で、  
簡単なアンケートにご協力いただける方

必要な物：スマートフォン・母子手帳・  
ご自身のマイナンバーカード

貸出機器：裏面をご覧ください

募集期間：2023/12/18～2024/1/12

貸出期間：最大1年間

## 注意事項

- ✓ 応募が多い場合は抽選により貸与者を決定いたしますので、ご希望に添えない場合がございます。
- ✓ 行政や医療機関がバイタルデータを監視し、サポートするものではありません。
- ✓ ホームページの注意事項・同意書をよくご確認の上、お申し込みください。

機器の詳細は裏面へ

令和5年度デジタル田園都市国家構想交付金事業

# 健康管理アプリ 「Vitalgain」

今回貸し出しする全ての機器は、  
Vitalgainアプリでデータを管理できます。

A~Dの4コースを、各10名様へ貸し出します。  
お悩みに合わせてお選びください。  
おひとり様1コースとさせていただきます。

妊娠予定日を入れることで時期に応じたりマイン  
ダーなどの通知が来る仕組みもご用意しています。



## A 糖質摂取量の管理に！

ウェアラブルデバイス「Gobe2」 & ケトン体計測器「ketoscan」

- ✓ 「Gobe2」を装着しているだけで、運動習慣や睡眠習慣の他、**摂取カロリーや三大栄養素の摂取量、水分摂取量まで可視化**されます。



- ✓ ケトン体は、食事で摂るエネルギー（糖質）の代わりとなる、**肝臓で作られるエネルギー源**です。
- ✓ 妊娠期に合わせた糖質の適量摂取、**体調管理にお役立て**ください。



## B 食習慣や栄養管理に！

ウェアラブルデバイス「Gobe2」 & 栄養素計測器「Vitastiq」

- ✓ 「Gobe2」は、装着しているだけで**三大栄養素がグラム単位で可視化**されます。



- ✓ 「Vitastiq」は機器のペン先を皮膚に当てることで、**カルシウムや葉酸、鉄分など26種類のビタミン・ミネラルの摂取量**が計測できます。
- ✓ 手の指や足の指など、計測したい栄養素に対応した**指定の経穴（ツボ）**にあてて、計測します。

## C 血圧が気になる方に！

オムロン手首式血圧計

- ✓ **妊娠高血圧症の予防**にお役立ていただけます。
- ✓ Vitalgainアプリアカウントと専用アプリアカウントを連携させることで、**自動でVitalgainアプリへ測定データが反映**されます。
- ✓ 手首に装着することで、**手軽に血圧を計**ることができます。



## D 内臓脂肪が気になる方に！

体組成計「Renpho」

- ✓ Bluetoothで専用アプリに接続し、**アプリ上で13項目の体組成情報**を見ることができます。  
(体重/除脂肪体重/内臓脂肪/皮下脂肪/体脂肪率/BMI/基礎代謝量/体水分/筋肉量/推定骨量/骨格筋/タンパク質/体内年齢)  
過去に計測したデータは、**グラフで振り返**ることができます。
- ✓ Vitalgainアプリアカウントと専用アプリアカウントを連携させることで、**Vitalgainアプリへ測定データが自動反映**されます。



ご希望のコースを表面の**ホームページ**からお申込ください▶

※Gobe2は金属アレルギーの方はご利用いただけません

※機器利用による身体への影響がご不安な場合は専門医にご相談ください。