無料で使える『ダイエット日記』、食事・運動記録機能と簡単体重記録機能を公開

株式会社ソイットは、『ダイエット日記』(http://diary.diet-pinky.com/
)に、食事・運動の記録機能と、簡単に体重を記録できる機能を公開しました。

ダイエット日記URL：http://diary.diet-pinky.com/
（スマートフォン版・携帯版も同一URL）

※『ダイエット日記』は、「夜9時以降は食べない」「エレベーターは使わない」など、自分だけのダイエットルールを設定・実行することによって、自分のペースで正しく健康的にやせていくことを目標にした日記で、登録・利用はすべて無料です。

●食事・運動を記録、カロリーを自動計算して表示
食事・運動の内容、カロリーを記録することで、その日の摂取カロリー、消費カロリー、収支カロリーを自動で計算・表示します。消費カロリーには、普段の生活で消費している「生活消費カロリー」も含まれ、こちらも設定しておけば、現在体重や生活強度などをもとに自動で計算してくれます。また、食事の画像をアップロードすることもできます。

毎日、自分がどれだけのカロリーを摂取・消費しているのかが一目瞭然なので、ダイエット成功への手助けとなります。

●体重だけを簡単に記録
体重だけを入力して簡単に記録できるようになりました。忙しい時でも、とりあえず記録だけでもすることができるので、継続的なダイエットが可能になります。

なお、これらの新機能はスマートフォン版・携帯版にも対応しています。

【ダイエット日記に関するお問い合わせ】

株式会社ソイット 担当：武市
問合せ窓口 pinky@soit.co.jp

〒211-0004
神奈川県川崎市中原区新丸子東2-897-11-206
TEL/FAX: 044-455-3044

Generated by ぷれりりプレスリリース
https://www.prerele.com