

## 無理なくダイエット

### 概要(どんなアプリ/ツールですか?)

今の体重と目標体重を設定。難易度を選ぶ。何日間続ければ目標達成できるのかと、一日の食事例や、難易度によって違うダイエットの内容を表示する

### コンセプト(そのアプリの特徴/目指すもの)

ダイエットアプリは筋トレだけだったり、食生活改善だけだったり一つに特化したものが多いから2つを融合させてよりよくして自分の決めた難易度で進められるもの

### Story/Task(タスク的ではなくジョブ的に書く)

無理あるダイエットをせずに済むため、続けることができる。

### SubTask(そのストーリーを実現する為の作業/優先順位)

優先順位	作業
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	

### 企画背景(なんでそれを作ろうと思ったか)

体重が気になったときにダイエットアプリを利用した。。その時、筋トレがメインになっているものが多く、食生活などを記述しているものは少なく難易度を選択できるアプリも少なかったから、すべての機能が含まれている物を作ればいいのではと思った。

### プラットフォーム

- Windows
- JRE11