# 理想のカラダを あなたへ

#### 目次

- ・目的と背景
- ·提案内容
- ·参考文献



8月11

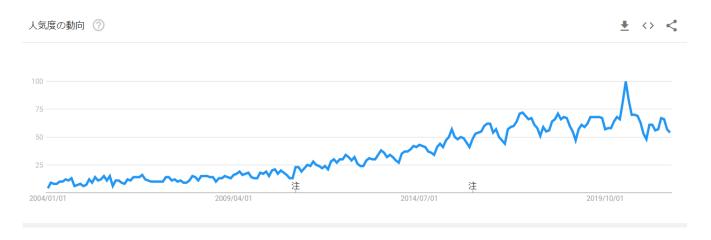
### 目的と背景

#### フィットネスブーム

昨今、ジムに通いだす人の割合は増加傾向にあると感じます。

私自身フィットネスジムでアルバイトをしており、お客さんの数は増加傾向にあるからです。 また、サラダチキンや24時間ジムの普及、コンビニなどでも手軽にプロテインを購入すること ができるようになり、より、「筋トレ」は身近な存在になりました。

また、Google トレンド においても、「筋トレ」の人気度は年々増加傾向にあります。



(出典: Google Trends)

#### このようなブームの背景には、「おうち時間の増加」が考えられます。

新型コロナウイルスの影響で外出する機会が減り、家にいる時間が長くなったことでしょう。 それに伴い、運動不足による体重増加、不規則な生活リズムなど体形が変化した方も少な くはないのでしょうか?

今日も、油断できない状況ですが外出する機会は増えました。

しかし、久々の外出に心躍らせ、お気に入りの服を引っ張り出し、鏡を見たときにこう思うはずです。

#### 「僕(私)ってこんな体形だったっけ?」、と。

実際、アルバイト先のジムへ見学に来られる方の約8割近くが「シェイプアップ」「運動不足解消」が目的と答えており、ジムに通う大きな要因となっています。

そこで、トレーニングをいつ・何を・何回こなしたのかと記録するアプリを開発し、筋トレのモチベーション維持、達成感を味わっていただくことを目的に開発に取り組みました。

## 提案内容

企画したサービスはメモアプリになります。

「新規投稿」から、行ったメニュー、詳細情報を入力し「作成」を押すと、一覧画面に表示されます。

また、「詳細」からコメント機能も追加し、モチベーションアップ効果が望めます。

#### 今後の進展

さらにカレンダーを追加し、投稿した日に印がつくような機能を実装、

レイアウトを整え、ユーザーが利用しやすいように、

コメントが記述されていると「削除」できないようになっているため、コメントごと削除できるように、 より詳しく記述できるよう、記入欄の追加等、を実装していきたいと思います。



## メニュー デッドリフト 内容 80kg 5rep 3se

Copyright © Seedkun Inc.

#### Copyright © Seedkun Inc.

 $\downarrow$ 



#### メニュー: デッドリフト

内容: 80kg 5rep 3se

投稿日時: 2021-08-11 03:08:37

編集する削除

コメントする

コメント一覧

#### Copyright © Seedkun Inc.



#### メニュー: デッドリフト

内容:80kg 5rep 3se

投稿日時:2021-08-11 03:08:37

編集する

コメントする

コメント一覧

投稿者:test

**投稿日時:2021-08-11 03:19:13** 内容:80kgもあがるなんてすごいです!

投稿者:test

**投稿日時:2021-08-11 03:19:28** 内容:80kgもあがるなんてすごいです!

## 参考文献

Google Trends (trends.google.co.jp) 最終閲覧日 2021年8月11日