**第一章 前言**

1-1 背景介紹

在台灣十大死因裡，其中就有五項跟飲食密切相關，因此Nice巴底的誕生致力於幫助人們實現「健康飲食」目標，而訓練有素的「AI營養師」則結合飲食法、個人喜好與食材預算，提供美味且營養的食譜。「巴底」取自「Body」與「Buddy」的諧音，除了期許人們能擁有健康的身體外，同時也希望成為支持大家執行這些行動的"好夥伴"。

1-2 動機

現在健康意識抬頭，讓人們更重視日常飲食習慣，然而，研究與設計適合的食譜又相當耗時，對非專業人士來說是一個極大的挑戰。因此，Nice巴底希望能讓更多人輕鬆實行健康飲食，從而更好地顧及到身體健康。

1-3 系統目的與目標

* 透過AI營養師快速獲得符合需求的健康食譜，節省大量時間和精力。
* 促進健康飲食習慣的養成，降低飲食相關疾病的風險，提升人們整體生活質量和健康狀況。
* 紀錄與展示健康成果，使自身的努力可視化，增加成就感並促進長期健康習慣的養成。
* 營造互助的健康飲食環境，透過發布貼文、分享經驗和創意，讓使用者互相鼓勵和支持。

1-4 預期成果

* 根據個人飲食習慣和健康需求，快速生成個性化的健康食譜，並確保食譜適合不同的飲食偏好和健康狀況。
* 使用者無需耗費大量時間研究飲食與設計食譜，減少決策疲勞。
* 紀錄並展示使用者在一段時間內的健康飲食成果。
* 提供成就和獎勵機制，激勵使用者持續保持健康的飲食習慣。
* 提供食材價格估算功能，幫助使用者更好控制預算，減少經濟壓力。
* 建立使用者社群，讓使用者之間可以互相分享經驗和食譜，提供互相支持的環境。

**第二章 營運計畫**

2-1 可行性分析

**【技術可行性】**

本系統的網頁開發涉及多種技術，目前具備的技能包括：使用UML進行系統分析與設計，從使用者角度設計人性化介面，並運用HTML、CSS、JavaScript和Flask框架建構網站與處理數據。此外，熟悉MySQL資料庫和精通SQL語言，使資料處理更加便捷。現在還接觸了一項新技術—生成式AI，探索更加創新和智能的解決方案，從而提升系統的功能和性能。

**【經濟可行性】**

系統營運初期，所收集的蔬菜行情皆來自於農產品批發市場交易行情站。等到累積了一定使用者之後，將進一步擴大合作範圍，與食材供應商建立合作關係。這些合作供應商將提供最新的價格數據，作為AI助手預估食譜成本的基礎，讓使用者獲得更快速更經濟實惠的食材價格。

**【市場可行性】**

現代人生活忙碌，每當用餐時間一到，除了需要顧及用餐時間外，同時也無多少心力去顧及是否吃的健康。另外，不斷上漲的物價使得餐點價格越來越高，促使更多人選擇自行烹飪以節省開支。儘管網路上已有許多AI食譜生成網站，但上面並沒有基於健康飲食這項條件與價格的預估。我們的AI助手所生成的食譜不只健康，同時也有價格的估算，相比之下，Nice巴底不只能顧及到健康，同時也能讓自己做飯的人控制成本。

2-2 商業模式－Business model

**【目標客群】**

缺乏相關知識和輔助，仍希望調整飲食習慣或透過飲食得到健康的人。

**【顧客關係】**

提供適合不同使用者的個性化食譜，以滿足使用者需求。

**【通路】**

與健康相關的部落客、社群或網站進行合作，增加訪問量和品牌知名度。

**【關鍵合作夥伴】**

食材的供應商

**【關鍵活動】**

* 人與人之間透過社群分享心得、原創食譜進而增進交流
* 打卡增加點數，提升等級登上排行榜

**【關鍵資源】**

* 經過精密訓練的AI營養師
* 創造各種途徑來獲得健康飲食習慣

**【價值主張】**

提供能獲取客製化健康食譜的最快途徑

**【成本結構】**

開發成本：金錢、時間、人力

未來開發：維護成本、定期更新成本

**【收益流】**

前期：提供免費的環境，吸引大量用戶並建立用戶基礎和社群。

後期：廣告費與會員訂閱制

2-3 市場分析－STP

**【S-市場區隔(Segmenting)】**

心理變數: 健康意識強，重視飲食健康和生活品質。

行為變數: 經常上網查找健康資訊，有動機改善自我。

**【T-目標市場選擇(Targeting)】**

有意願透過健康的飲食來瘦身、養身，並且需要指導、提供建議的人。

**【P-市場定位(Positioning)】**

Nice巴底的定位為"夥伴"，希望使用者能不只是把它當成一個網站，而是隨時能夠給予幫助的益友。希望在Nice巴底的陪伴之下，使用者能夠堅持下去。

2-4 競爭力分析SWOT-TOWS或五力分析

▼表2-4-1 SWOT-TOWS分析

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 內部因素  外部因素 | **【S-優勢】**  (1)可根據飲食喜好與需求的不同生成個人化食譜  (2)有市場預估價格提供使用者參考 | **【W-劣勢】**  (1)由AI所生成的食譜，味道與美味程度難以考據，只能透過使用者自行料理後得出  (2)世上的健康飲食法有百百種，然而使用者只能選擇我們所設定的4種 |
| **【O-機會】**  健康意識抬頭，讓人們更重視日常飲食習慣 | **【**SO**】**  可與健康網站合作，我們提供系統讓對方生成食譜增加貼文，而他們的貼文能夠宣傳Nice巴底。 | 【WO】  (1)取得廚師或餐廳的建議，改進AI營養師的生成算法以提高料理的美味程度  (2)與營養師合作研究，獨創Nice巴底自定義的健康飲食法 |
| **【T-威脅】**  有些連鎖商店已推出了包含食譜及直接在上面購買食材的APP；不久的將來，對方在自家APP上新增以飲食法  為條件生成的系統也不意外。 | **【**ST**】**  (1)積極取得市場數據以提高食材價格估算的準確與透明度  (2)可與食材供應商合作，讓使用者~~能夠~~透過Nice巴底直接或是以更優惠的價格購買食材。 | **【**WT**】**  通過用戶反饋改進AI食譜的生成技術，並提升食譜的美味程度及多樣性，以確保更符合使用者的需求~~及更獲得喜愛~~ |