編號：（此欄位由主辦單位填寫）

中文專題名稱：Nice巴底

英文專題名稱：Nicebody

**一、前言**

根據衛福部統計，在台灣十大死因裡，其中就有五項以上跟飲食密切相關，包括心血管疾病、糖尿病、慢性病等。因此，如何幫助人們養成健康飲食習慣成為當前社會的急迫需求。為此，我們開發了「Nice巴底」，一個專注於提供個性化營養建議和健康飲食規劃的AI系統。透過智能化的技術，「Nice巴底」能夠根據使用者的健康狀況和需求，提供全面且貼心的飲食建議，並希望以此提升人們對健康飲食的重視，減少飲食相關疾病的發生。

**二、創意描述**

「Nice巴底」的創意來自於人們對健康飲食的需求，以及現代科技在營養管理方面的應用潛力。我們的系統不僅提供個性化食譜生成功能，還整合了食材價格預估、語音指示烹飪、營養資訊查詢等功能，滿足使用者從選購食材到烹飪實踐的全方位需求。與此同時，系統還具備打卡記錄和可視化健康成果的功能，用戶可以直觀地看到自己的健康進展，從而增強持續使用系統的動力。

**三、系統功能簡介**

1. 個性化食譜生成

根據使用者的健康目標和飲食偏好，生成個性化的健康食譜，幫助使用者達成營養均衡的飲食方案。

2. 價格預估

基於最新的食材價格，為每份食譜提供成本預估，方便使用者合理控制預算。

3. 健康成果紀錄

系統記錄使用者的健康飲食成果，並以圖表方式展示進展，幫助用戶堅持健康生活方式。

4. 食譜語音

內建語音播放功能，指導使用者逐步完成食譜烹飪，提供方便的免手操作體驗。

5. 營養資訊查詢

每道食譜附有詳細的營養成分資訊，包括熱量、蛋白質、脂肪及碳水化合物的含量，幫助使用者掌握每餐的營養結構。

**四、系統特色**

1. AI營養師

利用AI技術，根據使用者個人需求生成專屬的健康飲食計劃，提升飲食的精準度和健康性。

2. 可視化健康成果

提供圖表來追蹤健康飲食的進展，增加用戶持續使用的動力。

3. 食材價格整合

整合當前市場上的食材價格資訊，為使用者提供準確的價格預測。

4. 營養師諮詢服務

提供專業的營養師諮詢，使用者可以獲取個性化的飲食建議和問題解答。

**五、系統開發工具與技術**

|  |  |
| --- | --- |
| **系統開發環境** | |
| 作業系統 | Windows |
| 撰寫工具 | Visual Studio Code、DBeaver |
| **程式開發語言** | |
| 前端 | HTML、CSS、JS |
| 後端 | Flask |
| 資料庫 | PostgreSQL |
| **介面及插圖繪製工具** | |
| 插圖 | Copilot、DALL-E |
| 介面 | Figma |
| **專案管理及版本控制工具** | |
| 應用程式 | Fork |
| 版本控制 | git |

**六、系統使用對象**

「Nice巴底」的使用對象主要為缺乏相關營養知識，但希望透過專業的輔助來改善或保持健康飲食習慣的人群。無論是忙碌的上班族，還是希望改善健康狀況的人，都可以通過該系統獲得個性化的飲食建議。

**七、系統使用環境**

|  |  |
| --- | --- |
| **硬體需求** | |
| 作業系統 | Windows、Mac |
| **裝置需求** | |
| 網路需求 | WiFi/行動數據 |
| 網頁需求 | 建議使用Chrome |
| 設備需求 | 桌上型電腦、筆記型電腦或行動設備（如手機、平板） |

**八、結語**

「Nice巴底」旨在成為人們日常生活中的健康夥伴，提供從食材選擇到營養管理的一站式解決方案。我們希望通過這個平台，不僅能夠幫助用戶改善飲食習慣，還能提高人們對健康飲食的認識。未來，我們將持續優化系統功能，增強AI分析的精準度，並探索更多的應用場景，進一步提升國民的健康水準。