

BodyQ

다이어트가 습관이 되게
식단기록을 위한 서비스

작업기간 2023.12 - 2024.01

기여도 개인프로젝트

주요역할 서비스 기획/UIUX 디자인

사용툴 피그마, 포토샵, 일러스트레이터

Overview.

처음엔 꼭 살을 빼자 다짐했던 당신.
꾸준히 기록을 해보려 했던 당신.
지금도 꾸준히 실천중 인가요?
맞지않는 식단과 의지박약으로
결국,
오늘도 다이어트를 포기하진 않으셨나요?

바디큐는 식단, 체중, 운동까지 꾸준히 기록하는 습관을 키워주고 혼자
다이어트 하기 힘든 사람들, 건강한 다이어트를 원하는 사람들에게 동기
를 부여하고 건강한 다이어트 습관을 찾을 수 있도록 도와주는 식사, 운
동 관리용 어플리케이션입니다.

Background.

작심삼일 깨는 ‘편리한’ 플랫폼

‘식사 기록’을 편리하게

건강한 생활습관 교정과 체중 감량을 위해선 기록이 중요하다는 점은 이미 술한 학계 연구를 통해 알려진 사실이다. 평소에 자신이 어떤 음식을 선택하는지, 체중은 그에 따라 어떻게 변화하는지 꼼꼼히 기록하면서 직접 눈으로 확인해야 스스로 행동을 제어하고 바꿔나갈 수 있기 때문이다. 문제는 늘 그렇듯 머리로는 알아도 실천이 어렵다는 점이었다, 한번의 끼니에 들어가는 여러가지 재료를 파악하고, 분량을 일일이 세고, 제각각인 단위를 통일하고, 칼로리 사전을 뒤지는건 귀찬호 번거로운 일이었다, 그러다 보니 사용자가 겨우 다이어트를 위해 마음을 다 잡아오 작심삼일에 그치기 일쑤였다.

의지가 약해서가 아니라 ‘불편해서’

눔은 사람들이 식단 기록에 실패하는 이유가 의지가 약해서가 아니라 ‘불편해서’라고 봤다. 감정 기술력을 바탕으로 의지박약인 사람도 매일 빠짐없이 기록할 수 있을 만큼 편리한 모바일 플랫폼 구축에 힘썼다.

Background.

“솔직할수록 살빠진다”.... 성실한 식단 기록, 체중관리에 영향

솔직+성실한 식단 기록…체중변화에 영향

체중 감량에 있어 기록은 어떤 역할을 할까? 이와 관련해 다이어터가 무엇을 먹었는지 솔직하고 성실하게 기록하는 것이 감량에 효과적이라는 연구 결과가 나왔다.

365mc는 자사 식단일기 앱 ‘모두의 식단, 인식단그림(이하 인식단그림)’에 등록된 사용자 데이터를 분석한 결과 숨김없이 꾸준하게 식단일기를 작성한 그룹이 그렇지 않은 그룹에 비해 평균 감량 몸무게가 높은 것으로 나타났다고 밝혔다.

식단 업로드 많은 상위그룹, 간식 더 먹고도 살 더 빠져

최다 식단별 몸무게 평균 변화량에 있어서도 상위그룹 평균 변화량이 하위그룹 대비 약 1.9배 높게 나타났다. 식단일기 중 다이어트식단을 가장 많이 기록한 상위그룹의 몸무게 변화량은 5.62kg인 반면 동일하게 다이어트식단을 최다 식단으로 기록한 하위그룹은 2.84kg의 체중 변화를 기록했다.

상위그룹의 경우 다이어터의 금기라 할 수 있는 ‘간식’ 항목을 식단일기로 작성한 빈도가 높았음에도 체중감소 폭은 오히려 큰 것으로 나타났다. 간식을 가장 많이 업로드 한 상위그룹은 5.04kg, 하위그룹은 1.8kg의 평균 체중 변화량을 보였다.

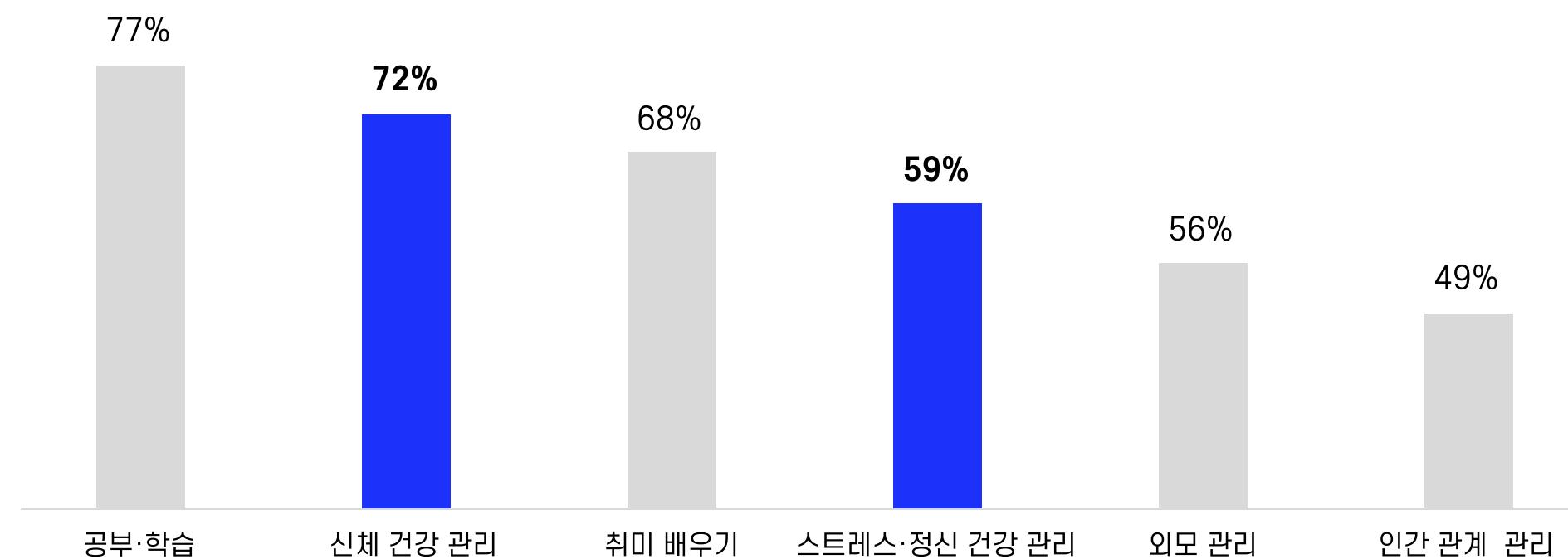
간식을 최다 식단으로 업로드한 비율이 하위그룹(6%)보다 월등히 높은 20%에 달했음에도 상위그룹의 체중 변화량이 크다는 점에서 상위그룹이 체중감소에 효과적인 식단을 간식으로 선택했음을 유추할 수 있다.

Background.

MZ세대에게 건강관리는 곧 자기개발

건강한 심신은 장기적인 성장의 기반

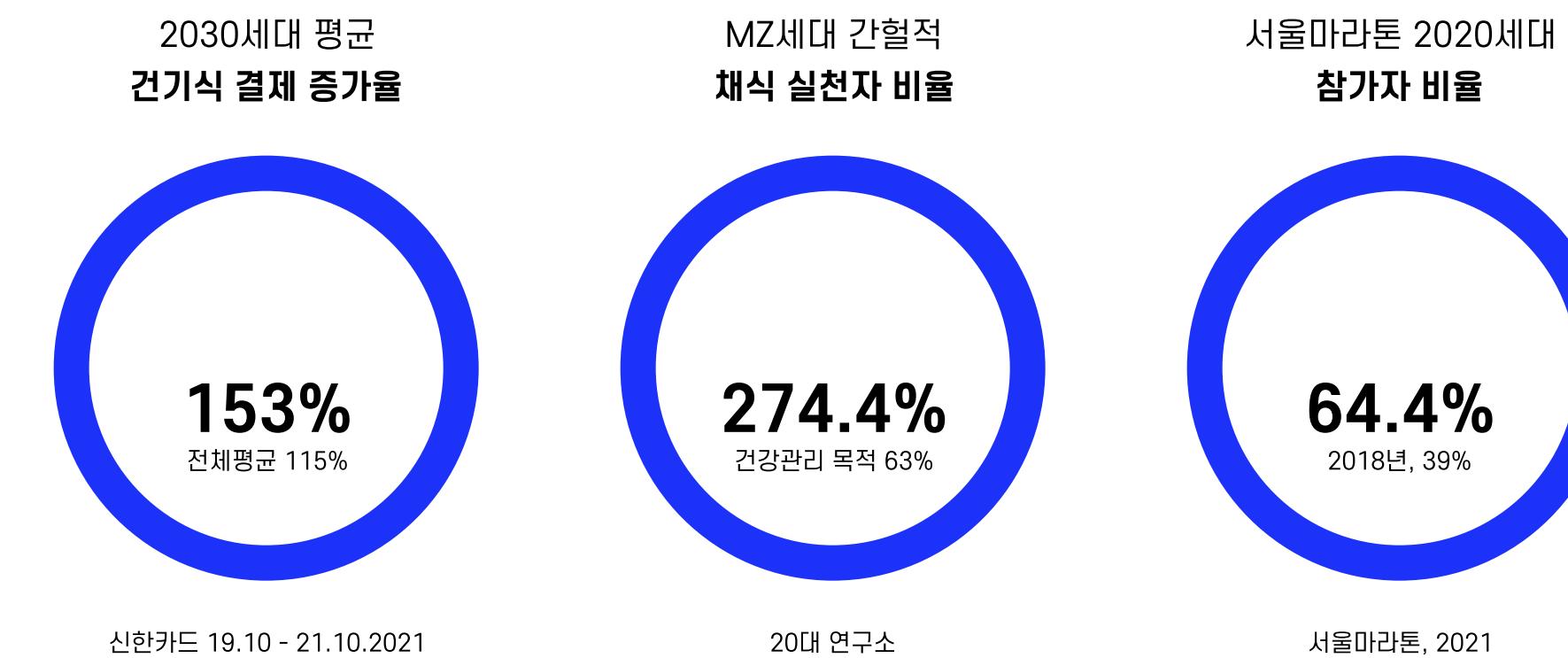
MZ세대는 신체의 건강은 물론, 정신과 마음의 건강도 중요하게 여깁니다. 이들에게 건강관리는 단순히 건강한 몸을 만드는 활동이 아닌, 자기개발 활동의 일환이기 때문입니다. 이들은 장기적인 자기 발전을 위해서는 건강한 몸과 마음이라는 기반이 필수라고 생각합니다



건강관리 주소비자로 부상한 MZ세대

갓생을 위해 건강을 관리하다

건강에 대한 관심이 젊은층까지 확산되며 MZ세대가 건강관리 시장의 큰손으로 주목 받고 있습니다. 이들은 소위 ‘갓생(God生)’이라 하는 계획적이고 부지런한 삶을 지향하며, 이를 위해 건강을 적극적으로 관리합니다. MZ세대는 기능식품 섭취, 채식, 운동 등 다양한 방식으로 건강을 관리하고 있습니다.



Competitive Analysis.

다른 다이어트 기록앱은 어떤가요?

목표설정/관리	홈 화면구성	기록형식	통계	커뮤니티	챌린지	장점	단점
 다이어트신	체질량지수(BMI) 기반 칼로리 처방, 목표체중, 다이어트 시작일/체중 감량 기간 설정 지원	[하단 탭] - 커뮤니티, 다이어리, 칼로리사 전, 홈트레이닝, 다신샵 [다이어리 탭] 월간 캘린더 표시 / 성공/실패 도장 / 일자 별 음식 섭취 칼로리 / 운동 소모 칼로리 정 보 제공	캘린더의 날짜를 선택하여 기록 아침, 오전간식, 점심, 오후간식, 저녁, 야 식, 물섭취, 운동 등으로 나누어 기록 검색기능 제공, 마이칼로리, 메모(캘러리 가져오기, 사진찍기) 만보계, 체크리스트, 배변체크, 변화사진, 일기&메모	평균음무게, 이달의 감량 음무게 등 상세 리 포트 제공 로그인 시 비교통계 지원	커뮤니티/꿀팁/챌린지/그룹방/이벤트 비포&애프터/다이어트 고민&질문/30일 눈바디체크/다이어트 식단 등	[챌린지] (30일)눈 바디체크, (15일)계단오르기, (15일)3끼 식단 챌린지, (30일)유산소 운동 등..식습관, 전신운동, 부위별 운동 등 다양 한 카테고리의 챌린지가 있음. [도전 다신] 다이어트신 기수 모집 운영 [명예의 전당] 챌린지 역대 우수 활동지	식단 및 운동 기록 과정의 심플함 한달간의 식단과 운동소비 칼로리를 월별 달력으로 한눈에 볼수 있는 점 성공/실패 도장으로 성취감, 동기부여
 인아웃	나이, 키, 시작체중, 목표체중 입력 다이어 트 설정 / 단식 계획설정	[하단 탭] - 홈, 단식, 소통, 배틀, 마이 [홈 탭] - 기록/통계로 구분 오늘 날짜 선택 - 딜럭/스티커(기분) -먹었어요, 태웠어요, 몸무게, 물섭취 <오늘하루> 섭취칼로리/영양성분 정보 <먹었어요> 식단/물섭취/영양제-아침, 점 심, 저녁, 간식, 단식했어요, 참았어요 등 <나의변화> 체중/컨디션 <나의활동> 운동/걸음수	<먹었어요> 식단/물섭취/영양제 아침, 점심, 저녁, 간식 카드선택 후 기록 검색기능제공 즐거찾기, 식사새로, 레시피, 직접등록 <나의변화> 체중/컨디션 체중 - 바텀사이트 - 입력 컨디션 - 태그제공 <나의활동> 운동/걸음수 검색기능제공 / 빠른추가, 즐거찾기 / 카테고리 검색 태그제공 / 데이터연동(헬스 커넥트 연동)	일간/주간/월간 차트제공 평균 체중과 탄단지 섭취량 표시 나의목표 정보 제공	대다무숲/피드/의견 연령대 별 주제, 식단, 일상, 운동 등 다양한 주제의 커뮤니티 지원	[배틀] 그룹배틀, 1:1 배틀, 모집- 그룹 모임	식단, 운동, 나의 변화 등으로 구분한 UI디 자인이 깔끔하며 가독성이 좋음. 일러스트와 아이콘등으로 꾸며진 내가 친근 한 느낌이 들어 좋음.
 밀리그램							음식 추가후 [기록완료] 과정에서 애매함 과 번거로움이 있음
 풀라이즈							

Review.

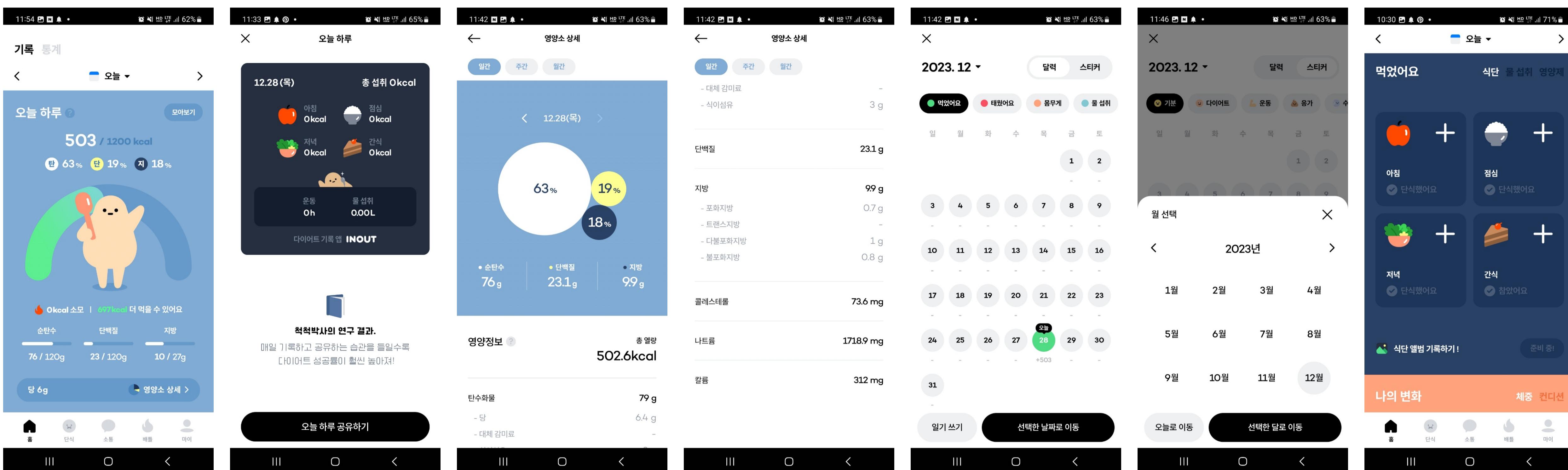
01. 흘 화면

[오늘하루] [먹었어요] [오늘 내 체중은?] [나의 활동] 영역으로 구분하여 정보를 보여줌
탄수화물, 단백질, 지방을 친근한 캐릭터와 함께 그래프 형식으로 보여줌.

오늘 하루 **[모아보기]** 선택하면 **오늘의 기록을 한번에 볼 수 있으며** **[오늘 하루 공유하기]** 버튼을 통해 공유 가능.

[영양소 상세] 선택하면 페이지 이동 - 일간, 주간, 월간 섹션한 영양정보를 **인포그래픽**으로 표현, **상세정보**를 볼 수 있음.

[오늘▼] 선택하면 섹션한 칼로리 및 운동 소모 칼로리를 **달력형태**로 한눈에 볼 수 있음.



02. 식단기록화면

[먹었어요] 아침, 점심, 저녁 및 간식을 음식 **[추가(+)]** 버튼을 통해 추가할 수 있음.

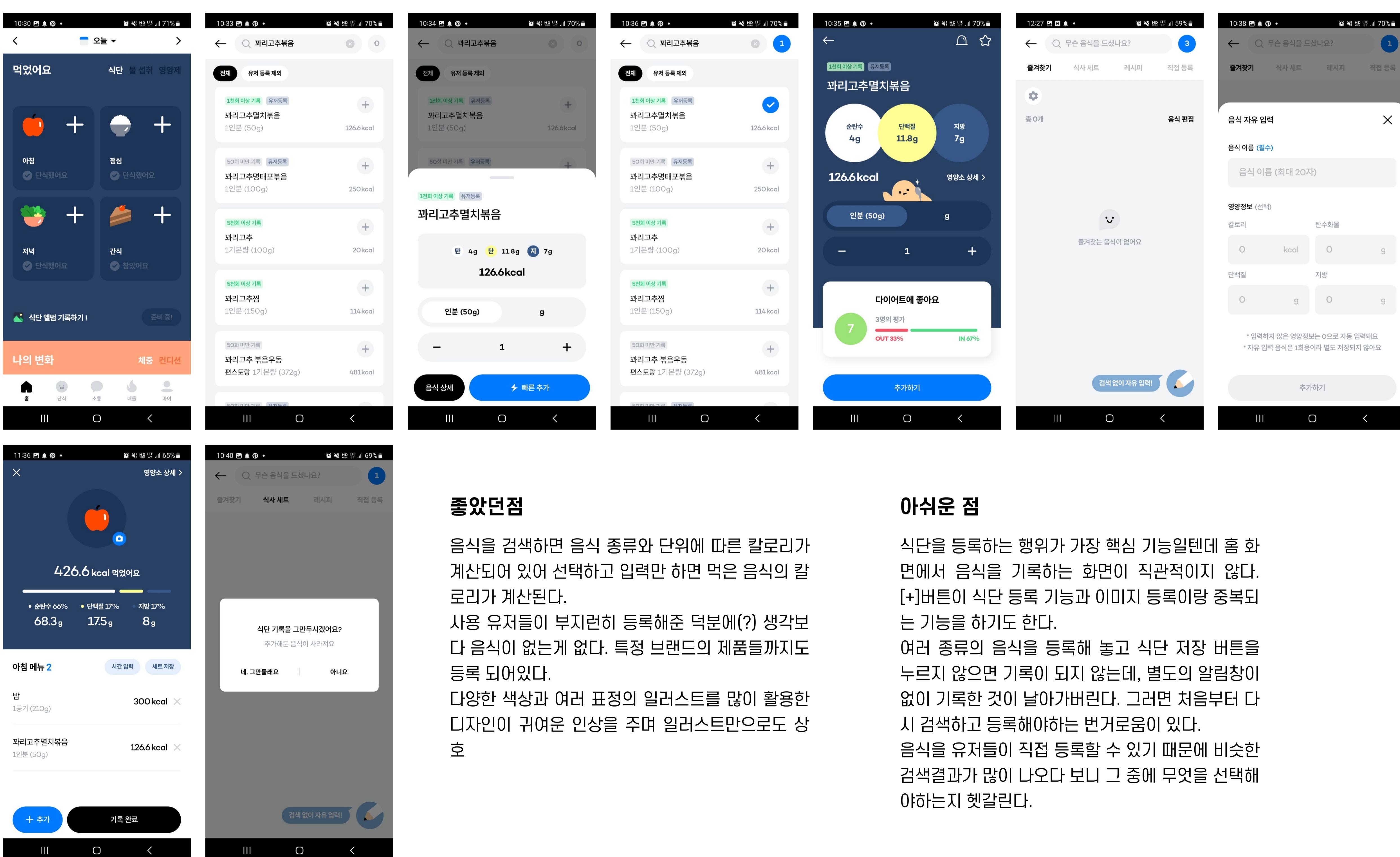
음식을 입력하면 연관 검색어 음식 리스트가 노출됨 - 음식명과 인분(중량) 칼로리 정보 제공.

[추가(+)] 버튼을 선택하면 **바텀시트**가 나타나며 탄, 단, 지, 칼로리 정보, 인분(0.5 단위 제공)/중량 입력이 가능함.

[빠른 추가] 버튼을 통해 추가 가능. **[음식 상세]** 버튼을 통해 음식 영양소 상세정보를 보여줌.

다이어트에 도움이 되는지에 대한 **피드백 메시지** 제공.

[검색없이 자유 입력!] 버튼을 통해 직접 등록이 가능함. 입력이 완료되면 상단에 토스트 팝업이 나타남. 기록 화면에서 나갈경우 '식단 기록을 그만두시겠어요?' 확인 창이 나타남



좋았던 점

음식을 검색하면 음식 종류와 단위에 따른 칼로리가 계산되어 있어 선택하고 입력만 하면 먹은 음식의 칼로리가 계산된다.

사용 유저들이 부지런히 등록해준 덕분에(?) 생각보다 음식이 없는게 없다. 특정 브랜드의 제품들까지도 등록 되어있다.

다양한 색상과 여러 표정의 일러스트를 많이 활용한 디자인이 귀여운 인상을 주며 일러스트만으로도 상호

아쉬운 점

식단을 등록하는 행위가 가장 핵심 기능일텐데 흘 화면에서 음식을 기록하는 화면이 직관적이지 않다. **[+]**버튼이 식단 등록 기능과 이미지 등록이랑 중복되는 기능을 하기도 한다.

여러 종류의 음식을 등록해 놓고 식단 저장 버튼을 누르지 않으면 기록이 되지 않는데, 별도의 알림창이 없이 기록한 것이 날아가버린다. 그러면 처음부터 다시 검색하고 등록해야하는 번거로움이 있다.

음식을 유저들이 직접 등록할 수 있기 때문에 비슷한 검색결과가 많이 나오다 보니 그 중에 무엇을 선택해야하는지 혷갈린다.

Interview.

다이어트 기록 앱, 직접 사용해보고 느낀점과 유저 인터뷰를 통해 이런 문제점을 발견 했습니다.



20대 여성

“단위가 조금 더 세분화 되어있으면 선택하기 쉬웠을 것 같은데 그 부분이 조금 아쉬웠고요.”



30대 여성

“오늘 내가 섭취한 칼로 리가 그 기준 칼로리에 못 미치는지 초과하는지 그런 것을 볼 수 있게 되어있더라고요. 그래서 되게 좋다고 생각을 했어요.”



40대 남성

“가이드나 어떤 식의(다른 사람의) 사용 후기도 있었으면……”



20대 여성

“기록 선택 옵션이 적어 불편해요”



20대 여성

“개인적으로 필요하지 않은 기능들이 많아서 복잡해요”

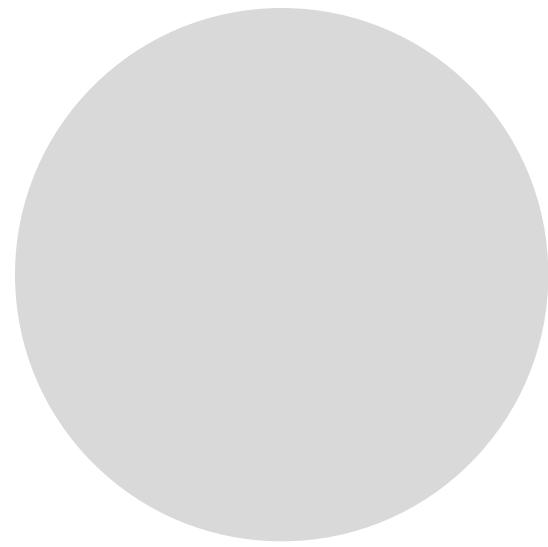


20대 여성

“입력하는 과정이 너무 번거로워서 기록을 자꾸 미루게되요”

Persona.

Target A



“식사량을 유동적으로 조절하는 다이어터에게
효과적인 칼로리 제안이 필요해요”

정은지 (24세) 마케터 2년차, 수원시 거주

User Story

친구가 많은 은지씨는 매주 약속만 3개 이상이다. 약속때마다 항상 술을 마셔서 다이어트를 해도 유지가 쉽지 않다. 그래서 그녀는 저녁은 무겁게 먹더라도 가벼운 아침과 점심으로 다이어트 식단을 짜고 섭취한 식단의 포만감에 따라 다음 식사를 조절하는 다이어터이다. 지금 식사 이후에 얼마나 더 먹을 수 있지? 가 항상 궁금하다.

Paint-point

칼로리 계산을 제대로 하지 못해 식사량 조절에 실패함

Goal

섭취한 식사량에 맞춰 섭취가능칼로리 제안을 받고 싶음
그래프를 한눈에 파악하기 쉽게 보고싶음

Needs

식사의 포만감, 식단점수 지표로 먹을 수 있는 칼로리 제안 / 상세한 리포트 통계를 통해 섭취 가능한 칼로리 안내

- ① 포만감 지수 제공
- ② 탄다지 그래프 제공

Target B



“입력하는 과정이 너무 번거로워서
기록을 미루게 되요”

이름 프로필 작성

User Story

정리정돈을 못하고 복잡한 것을 싫어하는 ○○○씨는 지금 사용하는 앱의 식단 입력 기능의 번거로움 때문에 기록을 자꾸 미루고 있다.

Paint-point

정리정돈을 잘 못해서 기록을 자꾸 까먹음
복잡한것을 매우 싫어해서 기록을 미룸

Goal

간편하고 쉽게 입력을 할 수 있었으면 함

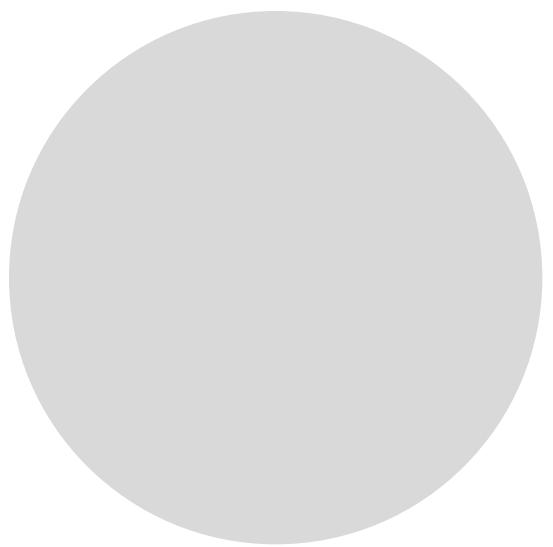
Needs

즐겨찾기나 미리 등록된 식사/운동 선택으로
간편하게 입력

- ① 즐겨찾기/태그/식단 등록 기능 제공
- ② AI카메라 인식

Persona.

Target C



“매일매일 재미있게 기록하고
자랑하고 싶은데.....”

한선화 (23세) 애니메이터, 서울 동작구 거주

User Story

신입 애니케이터 한선화 씨, 호기심 많고 상상력 풍부한 성격으로 다이어리에 특별한 이야기를 기록하며 아기자기한 스티커를 붙여 꾸미는 것을 좋아한다. 지금 이용하는 앱은 꾸밀 수 있는 요소가 없는 것을 아쉬워 하고 있다. 나만의 취향, 개성을 중요하게 여기는 선화씨는 SNS를 통해 자신의 일상을 자주 공유한다. 그녀는 다이어트 일기도 SNS에 즉시 업로드 하고 싶어한다.

Paint-point

재미있게 꾸밀 수 있는 요소가 없어 아쉽고
사용에 흥미가 떨어짐
자랑하고 싶은 기록을 SNS 업로드 기능이 없어 불편

Goal

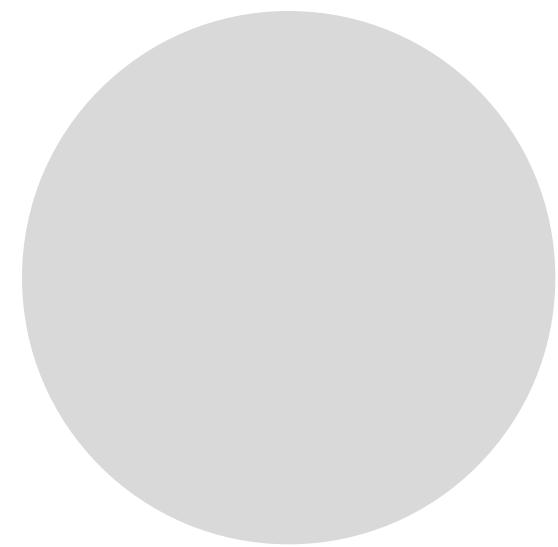
남들과는 다른 방식으로 다이어트 일기를 꾸미고 싶음
SNS에 쉽게 업로드를 원함

Needs

감정스티커 및 다양한 그래픽요소를 활용한
재미있고 개성있는 기록
오늘 하루의 기록을 모아 빠르게 공유할 수
있는 기능

- ① 다양한 스티커 제공
- ② SNS 공유기능 제공

Target D



“유저
보이스를 입력합니다”

이름 프로필 작성

User Story

유저스토리 입력

Paint-point

사용자가 피하고 싶어하는 경험이나 목표를
달성하는데 장애가 되는 요소 작성/ 사용자가
가진 불편함

Goal

목표와 느끼고 싶어하는 경험

Needs

- 요구사항,
필요한 기능을 작성
- ① 기능우선순위
 - ② 기능우선순위

Affinity diagram.

상황, 시도, 지속의 어려움

- 기록하는 것을 자꾸 까먹는다
- 야근 때문에 바빠서 다이어트에 신경 쓸 겨를이 없다.
- 무리한 다이트 계획으로 중도에 자꾸 포기하게 된다.

탐색의 번거로움

- 식단의 기록하는 과정이 번거롭다.
- 간단한 조작으로 편하게 기록하고 싶다.
- 매번 칼로리를 검색하는 것이 귀찮다.
- 검색어를 입력하지 않고도 간편하게 식단을 기록할 수 있었으면 한다.

기록의 세분화

- 단위의 세분화가 안되어 있거나 원하는 음식 목록이 없어 기록이 불편하다.
- 운동시간, 횟수, 강도, 무게까지 자세히 기록할 수 있었으면 좋겠다.

성과의 시각화

- 홈화면에서 나의 상태정보를 한눈에 볼수 있었으면 좋겠다.
- 글보다는 이미로 구성되어 있으면 좋겠다.
- 식단, 운동 선택 시 사진이나 그림이 제공되었으면 좋겠다.
- 운동과 식단계획의 성공여부를 쉽게 볼수 있었으면 좋겠다.

동기유발 콘텐츠 부재

- 목표의식과 성취감이 없다.
- 의지박약이라 작심삼일하게 된다.
- 다른 사람의 추천이나 리뷰를 보고 고민을 해결하고 싶다.

식사, 운동 시간에 맞춘 알림
나의 패턴에 맞는 다이어트 설정
지속을 돋는 응원 메시지, 행동피드백

입력단계 최소화 / 카테고리, 태그, 즐겨찾기, 식단등록 등 간편하고 쉽게 기록을 도와주는 기능 제공

단위 세분화, 음식목록 직접 추가기능

이해하기 쉬운 차트, 그래픽으로 정보 표현 / 시각적 요소 개선(사진, 일러스트 활용)

커뮤니티로 고민의 공론화, 조언과 위로 / 모아보기 및 공유기능

Goal.

유저리서치 및 퍼소나를 통해 사용자들이 느끼는 Pain point를 찾고, 고객의 Nedds를 파악하여 다음과 같은 Solution을 제시하고자 합니다.

PROBLEM

다이어트의
시도, 지속의 어려움

탐색의 번거로움과
모호한 기록 과정

한눈에 파악하기 어려운
다이어트 현황분석

혼자하는 다이어트에
대한 지루함, 불안감

SOLUTION

실천가능한 목표설정을
통해 행동변화/ 진행상
태에 따른 실시간 알림

알림설정과 나의 패턴에 맞는 실천
가능한 목표설정으로 지속가능
지속을 돋는 응원 메시지와 피드백

간편하고 쉽게 기록하는
'즐겨찾기'

즐겨찾기해둔 식단, 운동, 인기 카
테고리 등으로 쉽고 빠르게 기록하
여 사용성을 높임

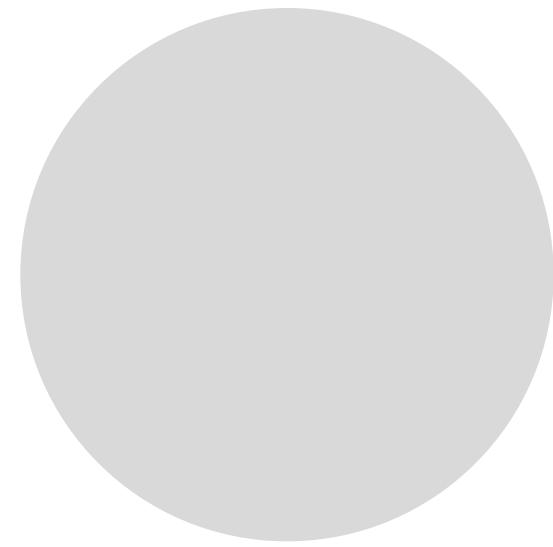
성과의 시각화로 직관적
인 화면

그래프로 직관적인 달성지표 노출.
다양한 그래픽요소 활용으로 데이
터를 시각화

서로를 응원하며 공감대
형성/ 타인들 통한 동
기부여 적용

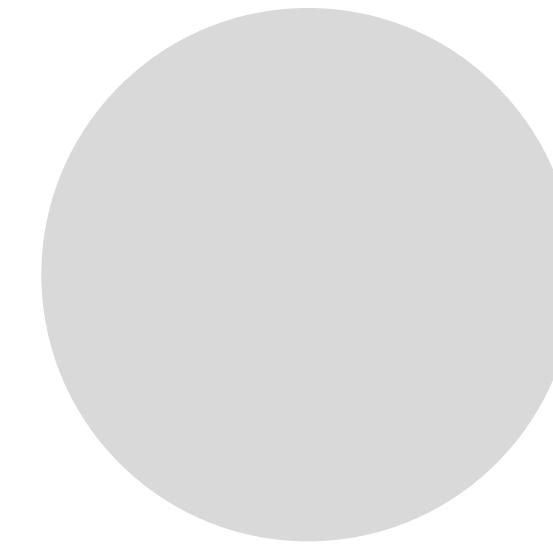
동일한 목표를 가진 다수의 사람들
과 소통하고 공유하며 조언과 위로
를 얻음

Persona.

**오형준**

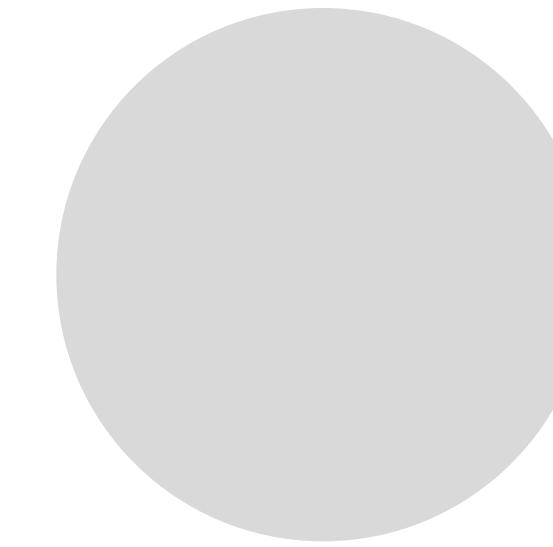
(24세) 마케터 2년차, 수원시 거주

여자친구가 다이어트에 대해 강박이 심했었습니다. 매번 음식을 먹을 때마다 칼로리를 찾아 검색하고 기록하더군요. 단순히 음식 사진을 찍어 올리는 기록앱이 있다면 좋겠다고 생각했습니다.

**오형준**

(24세) 마케터 2년차, 수원시 거주

"제 주위의 20대 여성들이 다이어트에 대한 관심이 컸습니다. 다이어트에 대한 강박으로 폭식을 겪는 것도 봤죠. 당시 시중에 나온 다이어트 앱들은 대부분 칼로리를 기록하는 앱이 전부였습니다. 음식을 먹을 때마다 칼로리를 찾아 검색하고 기록하는 것이 불편해 보였죠. 반찬이 많은 한식을 먹을 경우에는 매우 번거로웠죠. 단순하게 내가 먹은 음식 사진을 찍고 올리는 기록앱이 있다면 좋겠다 생각했어요.

**오형준**

(24세) 마케터 2년차, 수원시 거주

"다이어트 기록은 혼자 하면 금방 지루하죠. 나와 같은 고민을 가진 이들과 함께하면 조금 더 재미가 있고 경쟁심리를 자극할 수 있지 않을까 생각했습니다. 내가 무엇을 먹었는지, 얼마나 걸었는지 실시간으로 SNS처럼 공유하고 댓글을 남기고. 운동 안하는 친구를 '찌르기'를 한다면 자극이 될것 같아요.

Concept.

01

EASY

쉬운

한눈에 나의 상태를 확인할 수 있는
UI디자인과 직관적인 기능

02

INTUITIVE

직관적인

인지하기 쉬운 아이콘과
일간, 주간, 월간 통계제공

03

CONCISE

간결한

쉽게 간편하게 등록하고
수정할 수 있는 간결한 플로우

Font.

국문·영문·숫자·특수문자

에스코어드림

다이어트가 습관이 되게	Regular	400
식단, 체중, 운동까지	Medium	500
꾸준히 기록하는 습관	Bold	700

Heading 1	건강한 다이어트 습관 바디큐	22/32/0%
Heading 2	건강한 다이어트 습관 바디큐	20/30/0%
Heading 3	건강한 다이어트 습관 바디큐	18/28/0%
Body 1	건강한 다이어트 습관 바디큐	16/26/0%
Body 2	건강한 다이어트 습관 바디큐	14/20/0%
Detail	건강한 다이어트 습관 바디큐	12/18/0%

Color.



Purple 300
#8D64DE
main Color

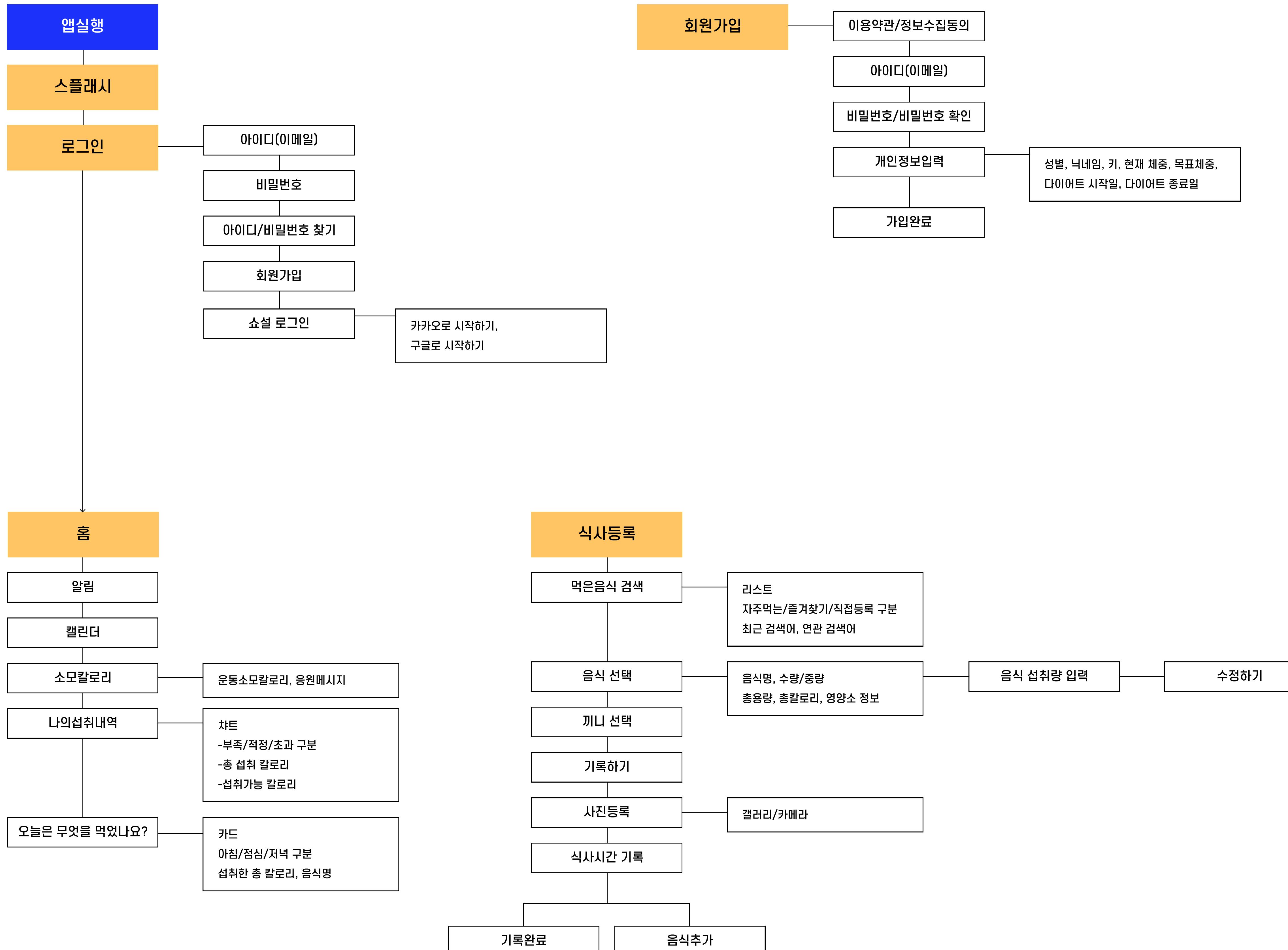


Coral 400
#ff5757
Secondary Color

Icons.



Flow Chart.



Branding.

네이밍

Body의 첫 글자인 영문'B' 와 Q-Sign의 첫 글자인 영문'Q'를 활용하여 운동부터 식단까지, 내 몸의 새로운 시작을 알리는 큐사인이라는 의미를 담아 네이밍을 하였습니다

심볼마크



워드타입로고

바디큐
BODYQ

친근하고 따뜻한 느낌을 담아내기 위해 둥근 형태의 '카페24 써라운드' 글꼴을 로고타입으로 사용하였습니다.



2024.01.09(화요일)



월 화 수 목 금 토 일

8 9 10 11 12 13 14

반가워요, 에그리님
시간은 충분해요. 조금만 힘을내요!

내 식사 피드백
수분 섭취가 부족해요.

나의 섭취내역

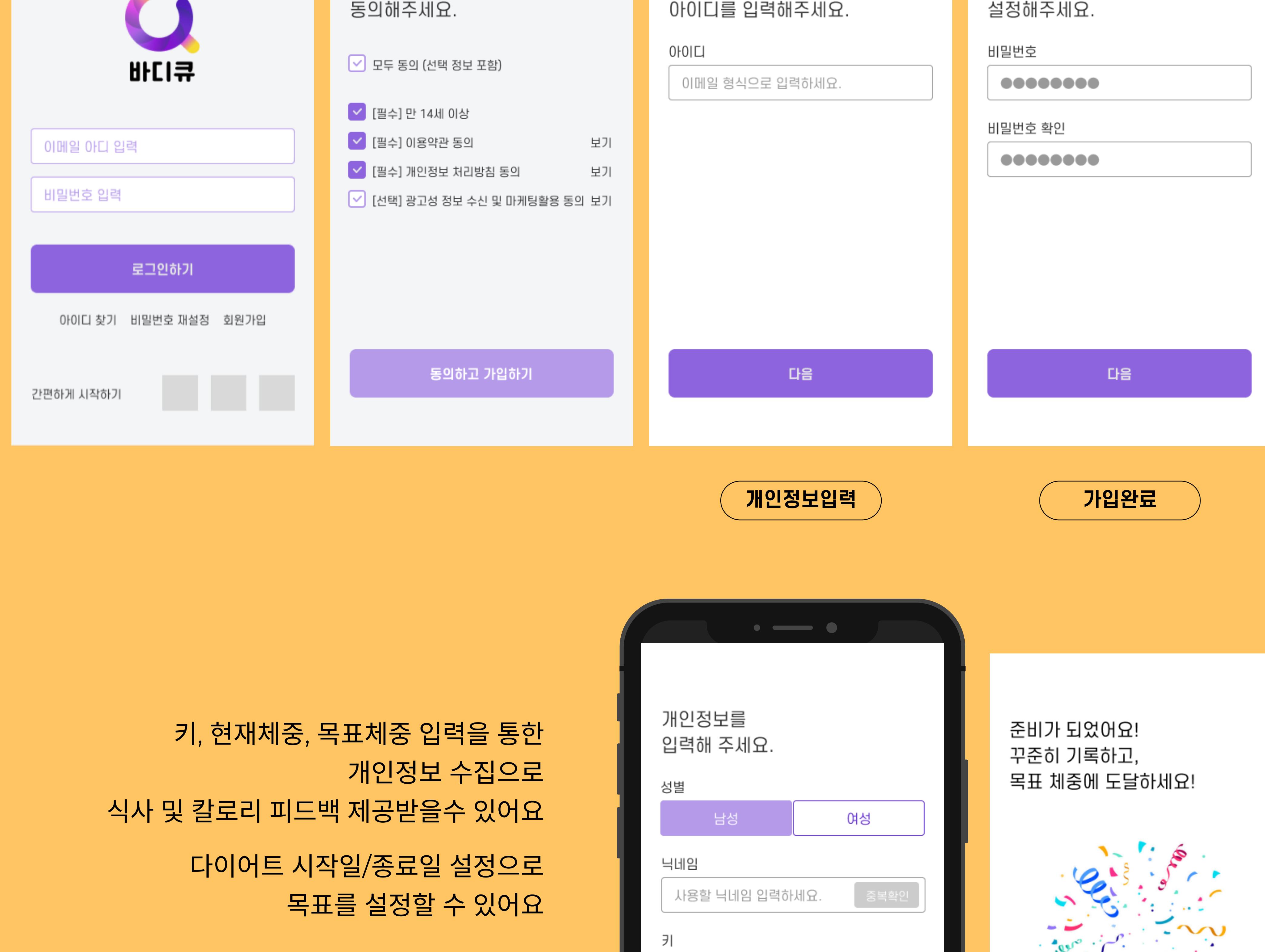


400 Kcal 더 먹을 수 있어요

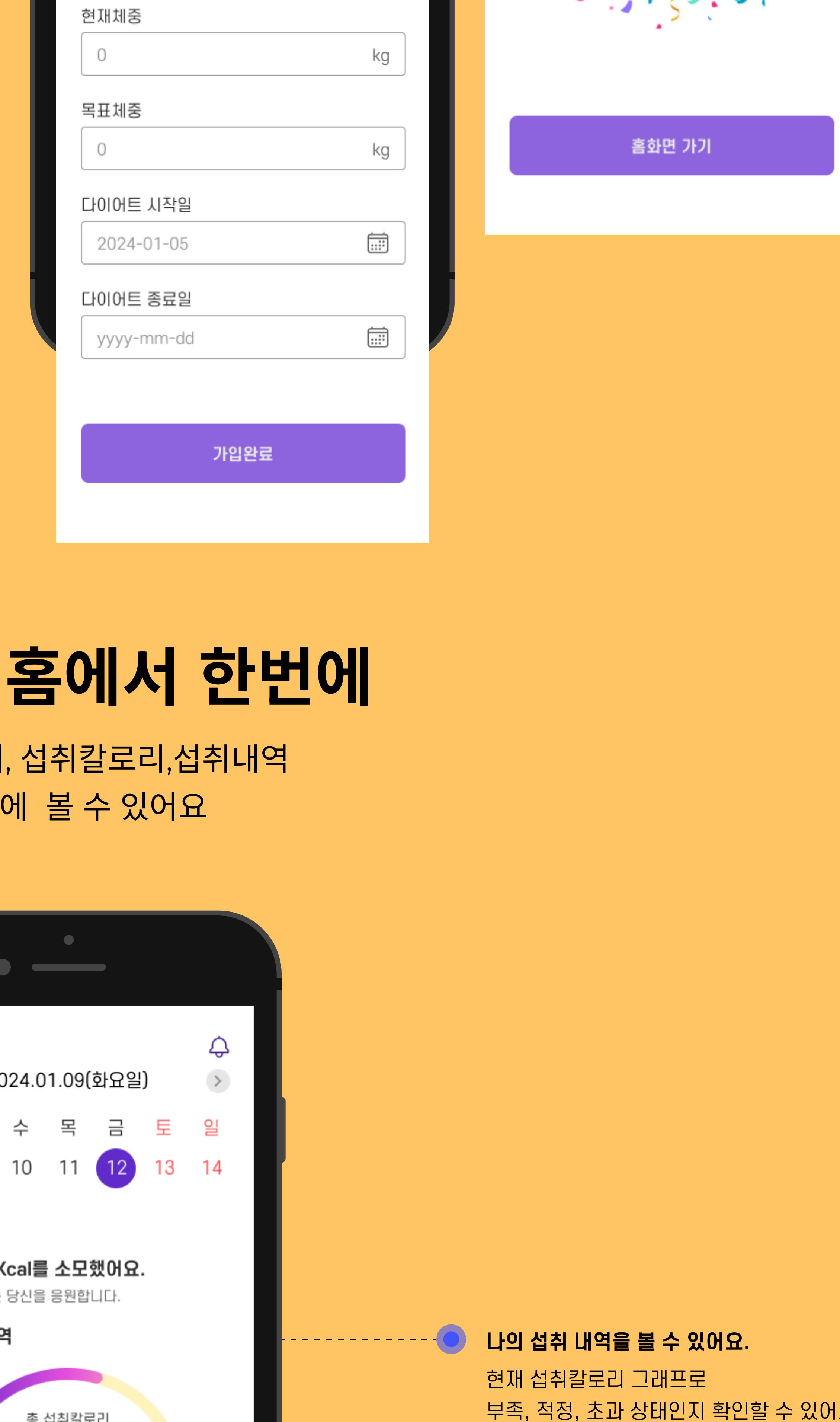
</

소셜 로그인

소셜 로그인으로 빠르고 간편하게
로그인 할 수 있어요.

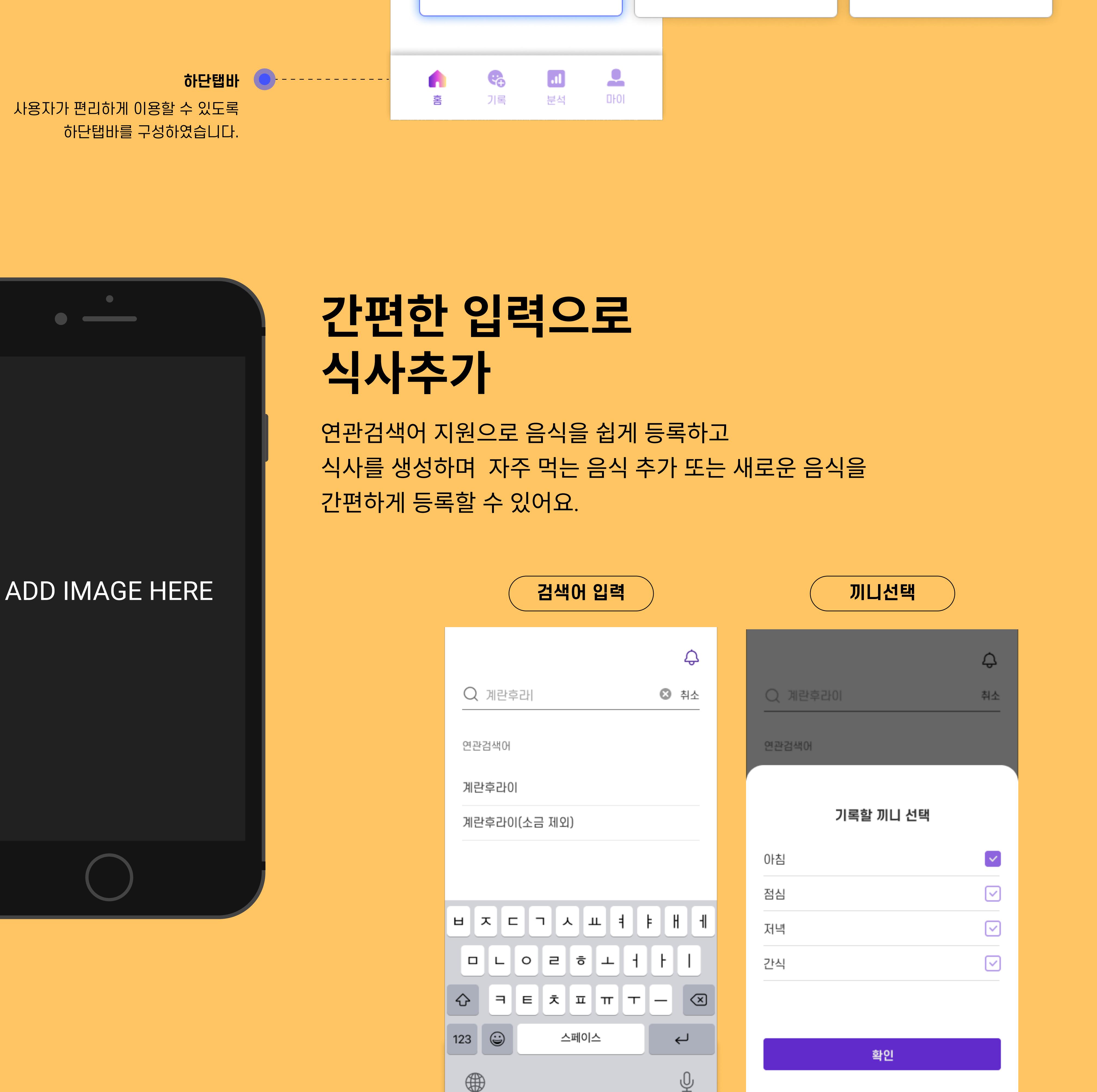


키, 현재체중, 목표체중 입력을 통한
개인정보 수집으로
식사 및 칼로리 피드백 제공받을 수 있어요
다이어트 시작일/종료일 설정으로
목표를 설정할 수 있어요



내 기록을 홈에서 한번에

소모한 칼로리, 섭취칼로리, 섭취내역
등 한눈에 볼 수 있어요



간편한 입력으로 식사추가

연관검색어 지원으로 음식을 쉽게 등록하고
식사를 생성하며 자주 먹는 음식 추가 또는 새로운 음식을
간편하게 등록할 수 있어요.

ADD IMAGE HERE

