あなたは夜型?朝型?

クロノタイプ診断テストのすすめ

世界が変わります

2024年12月25日/26日

本日の流れ

はじめに	クロノタイプ診断テストとはなにか
Session 1	要件定義
Session 2	診断テストの利用方法
質疑応答	お手柔らかにお願いします…!
まとめ	皆さまへ

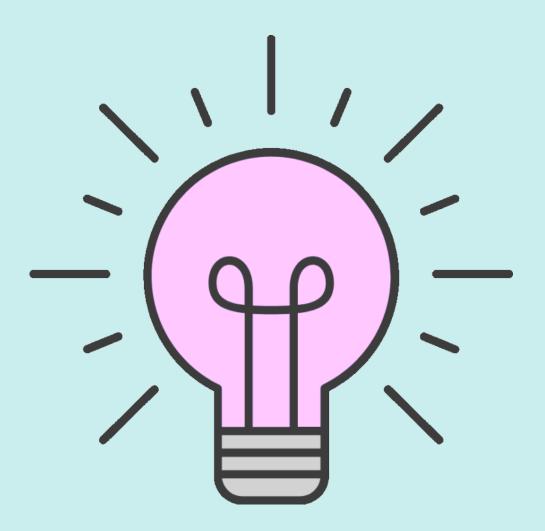
はじめに「クロノタイプ診断テストとはなにか

クロノタイプとは

クロノタイプとは、<u>個々人の体内時計に基づく「最適な活動時間帯」を示すもの</u>です。人それぞれ、集中力やエネルギーのピーク時間帯が異なります。自分のクロノタイプを知ることで、より効率的に生活や仕事を進めることができます。

4つのクロノタイプ

- ライオン型
- オオカミ型
- クマ型
- イルカ型



Session 1 要件定義

Session 1 要件定義

目的

● ユーザーが自分のクロノタイプを診断し、生活や仕事の効率を改善するヒントを得て、自分のリズムに合った時間管理を行うため。

ターゲットユーザー

- 学生や社会人など、生活リズムに悩んでいる人。
- 時間をうまく使いたい人、自分の体内時計について知りたい人。
- 健康やパフォーマンス向上を目指す人。

主な機能

- クロノタイプ診断機能:ユーザーが一連の質問に答え、診断結果(ライオン型、オオカミ型、クマ型、イルカ型)を提供する機能。
- 診断結果の表示:ユーザーに自分のクロノタイプに関連するアドバイスや注意点を表示。
- 診断履歴管理:ユーザーが過去の診断結果を保存し、後から確認できるようにする。

画面仕様

- ▶ップページ:サイトの概要説明と診断スタートへのリンク。クロノタイプ診断の簡単な説明や特徴の紹介。
- 診断ページ:診断を進めるための質問ページ(選択式、スライダーなど)。
- **結果ページ:**診断結果を表示し、アドバイスを提示。クロノタイプの特徴や生活改善の提案。

システム要件

- プラットフォーム:Webベース、PC対応。
- 技術スタック: フロントエンド: HTML / CSS

バックエンド:Java / Java Servlet API

データベース: MySQL

デザイン要件

- ユーザビリティ:直感的で簡単に操作できるインターフェース。
- **アクセシビリティ:**視覚や聴覚に障害があるユーザーにも配慮したデザイン(スクリーンリーダー対応など)。
- ビジュアルデザイン:シンプルでモダンなデザイン、動物のクロノタイプに関連する アイコンやイラストを使用して視覚的にわかりやすく。