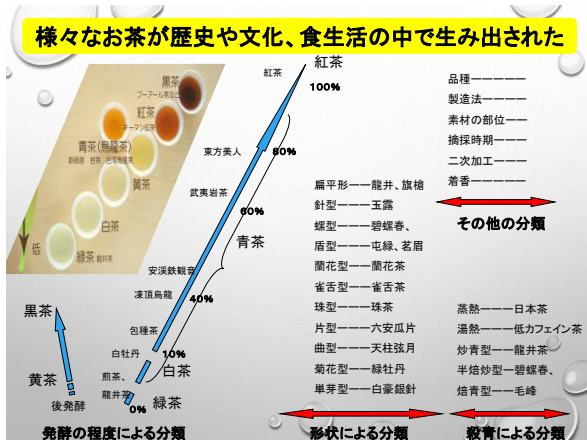
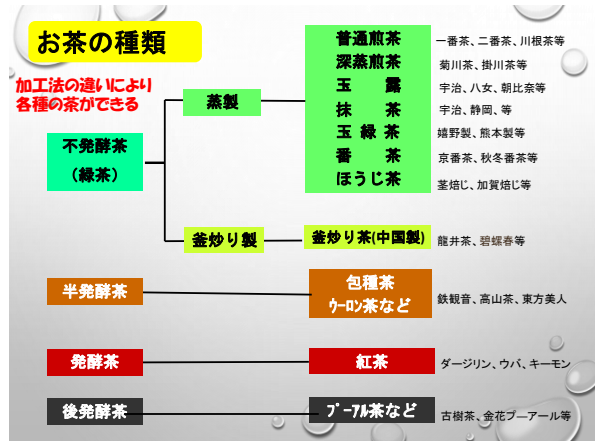
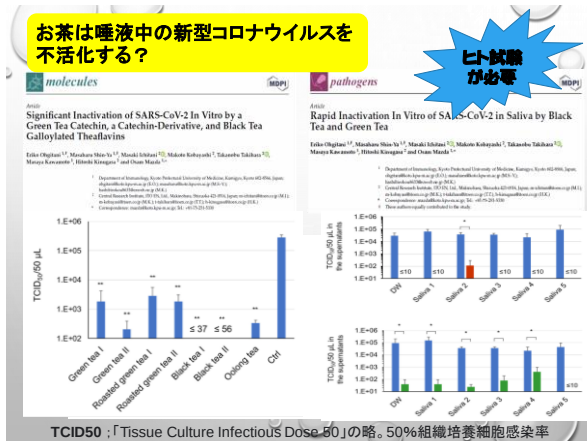




お茶の効果を感じてみませんか？



モニターに是非ともご参画を

スマートウォッチとアミラーゼモニターにより、睡眠の質と抗ストレス効果を計る

ウェアラブル端末

※お貸出しするウェアラブル・・・
Fitbit Charge3 or Charge4 (両方の選択が可です)

測定できるデータ

- ・睡眠のデータ (時間・質・点数etc.)
- ・1日24時間の心拍数 (安静時)
- ・消費カロリー
- ・歩数や距離

スマートフォンと連動し、健康を「見える化」します。健康意識が上がりますよ！

スマートウォッチの装着

睡眠の質 (時間・質・点数etc.)

1日24時間の心拍数 (安静時)

消費カロリー (kcal)

歩数や距離

スマートフォンの運動し、健康を「見える化」します。健康意識が上がりますよ！

スマートウォッチの装着

睡眠の質 (時間・質・点数etc.)

1日24時間の心拍数 (安静時)

消費カロリー (kcal)

歩数や距離

スマートフォンの運動し、健康を「見える化」します。健康意識が上がりますよ！

スマートウォッチの装着

睡眠の質 (時間・質・点数etc.)

1日24時間の心拍数 (安静時)

消費カロリー (kcal)

歩数や距離

スマートフォンの運動し、健康を「見える化」します。健康意識が上がりますよ！

期間: 2021年11月29日(月)～12月17日(日)

〈モニターにお願いすること〉

- ◎大学が指定するお茶 (緑茶) の飲用
 - * 食事等は通常通りお摂りいただけます
 - * 平日はコーヒー、コーラ、チョコレート
 - * アルコールの摂取をお控えいただきます
- ◎簡単な唾液の検査 (毎火曜～木曜)
- ◎アンケートの記入 (金曜夜)
- ◎スマートウォッチ (Fitbit) の装着
 - * Fitbitは、無償で貸出いたします
 - * ご希望の場合は、一定の条件のもと、モニター終了後も無償でお使いいただけます (現在装着している友の会会員を除く)