

国内初のモチベーションに依存しない「生活習慣改善サービス」を個人向けに提供開始、実証実験で平均-3.3kg・最大14kgの体重減に成功、「Smart Daily」が月額2,980円から

先着200名が「スマートバスマット」やAmazonギフト券をもらえる記念キャンペーンを実施

家族のカラダとココロの健康維持・増進をテクノロジーで実現する、東京大学発ヘルスケアスタートアップのissin株式会社（本社：東京都文京区、代表取締役：程 涛、読み：イッシン、以下「issin」）は、このたび、モチベーションに依存しない国内初の生活習慣改善サービス「Smart Daily（スマートデイリー）」の個人向けサービスを提供開始します。個人向けサービスは、月額2,980円（税抜）からのベーシックプラン、月額9,480円（税抜）からのプレミアムプランの2プランです。いずれも「スマートバスマット」をお持ちでない方も無償でレンタルできるプランとなっています。

また、個人向けサービスの提供開始を記念し、契約者先着200名に①「スマートバスマット」または6ヶ月利用料の半額分のAmazonギフト券、②「Smart 5min」をもれなくプレゼントするキャンペーンを実施することを併せてお知らせします。

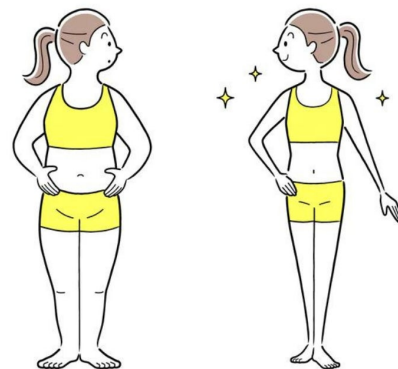
【お問い合わせ・申し込みはこちら】

Smart Daily 公式ホームページ <https://issin.cc/pages/smart-daily>

ダイエットが
続かなかった
あなたへ。

Smart Daily™
スマートデイリー

続けられる体重管理



● 「Smart Daily」個人向けサービス 概要

「Smart Daily」は、モチベーションに依存しない国内初(*1)の生活習慣改善サービスです。多くのダイエットプログラム（食事・運動）は、モチベーションが高い前提でつくられています。体重を改善しようとする多くの人が、モチベーションの波に振り回され、最終的には取り組みを長続きさせることができません。継続するためには人間の行動心理に基づいた「発想の転換」が重要です。

「Smart Daily」では、管理栄養士・保健師等の資格を持つ専属コーチとAIが協力し個々のライフスタイ

ルを分析、FOGGの行動変容モデルに基づき、実行可能な「タイニールーティン」を提案、生活習慣の定着までサポートし、フォローアップし続けます。

昨年9月に法人向けに提供を開始し、これまで健康保険組合や自治体など多くの団体に導入され、那覇市や読谷村の特定保健指導対象者を含む在住・在勤者に対して提供した実証実験では平均-3.3kg体重減、参加者満足度96%を達成、最大14.7kgの減量に成功しています。このたび、個人でも利用したいと多くの要望が寄せられたことを受け、個人向けサービスの提供に至りました。

Smart Daily 公式ホームページ <https://issin.cc/pages/smart-daily>

■「Smart Daily」の特長

(1) 専門家チームによる専属コーチ

管理栄養士・保健師等の資格を持つ専属コーチがコーチング技法をベースにカウンセリングし、顧客の生活習慣や性格まで分析します。2週間に1回の頻度でオンライン面談を実施（プレミアムプランのみ）し、コーチと顧客と一緒に決めたアクション（タイニールーティン）が習慣化するまでコーチが伴走します。また、減量や健康に関する相談はLINEで24時間受付します。

(2) FOGGの行動変容モデルから導く効果的で実行可能な改善提案

生活習慣の改善に向けた行動変容には、「きっかけ」「やる気」「やり易さ」の3つの要素が大きな鍵を握っています。Smart Dailyでは、カウンセリング等を通してやる気の変動を分析し、顧客にフィットする効果的で実行可能なタイニールーティンを提案します。

(3) スマートバスマットによる体重管理

体重測定できるバスマット「スマートバスマット」を活用した体重管理で、開始日からの体重の推移を専属コーチと共有します。スマートバスマットはお風呂上がりに3秒乗るだけで測定できるため、出し入れや設定の手間がありません。また、本体に体重表示ディスプレイが無いいため、測るたびに体重を見るストレスがなくなります。調査によると90%のユーザーが週1回以上の測定を継続するなど、体重測定を習慣化し生活習慣の見直しのきっかけとなるヘルスケア製品です。サービス利用期間中は無償でレンタルでき、終了後には買い取ることも可能です。

■プログラムの流れ

1. Webアンケートに回答し、ユーザーの目的やライフスタイルなどに合わせて専属コーチを決定します。
2. 2週間に1回の頻度で専属コーチとオンライン面談を実施し、ライフスタイルの深掘りとタイニールーティンのチューニングを行います。（プレミアムプランのみ）
3. 専属コーチとAIにより、ユーザーの目的やライフスタイルなどに合わせたタイニールーティンが提案されます。タイニールーティンの実行時間にLINEでリマインドされ、ボタンのタップにより記録します。
4. スマートバスマットで計測した体重は自動的にコーチに共有され、LINEで体重変化も通知されます。
5. 減量や健康に関する相談はLINEで24時間可能です。同時に、専属コーチから目標やタイニールーティンに紐づく情報がLINEで届きます。

■2つのプランについて

Smart Daily™ 個人向けサービス

スマートデイリー

ベーシックプラン		プレミアムプラン	
スマートバスマットをお持ちの方	新規ユーザー	スマートバスマットをお持ちの方	新規ユーザー
月額 2,980 円+税	月額 3,480 円+税	月額 9,480 円+税	月額 9,980 円+税
<input checked="" type="checkbox"/> チャット相談	<input checked="" type="checkbox"/> お気軽に始めたい方におすすめです	<input checked="" type="checkbox"/> チャット相談	<input checked="" type="checkbox"/> オンライン面談
<input checked="" type="checkbox"/> 途中でプレミアムプランへ変更可能		<input checked="" type="checkbox"/> アクションが習慣化するまでしっかりサポート	<input checked="" type="checkbox"/> リバウンド保証もついて長期的な安定を目指す方
付属		付属	
スマートバスマット無料レンタル		スマートバスマット無料レンタル リバウンド保険付き	

【ベーシックプラン】 専属コーチのコーチング、相談がLINEチャットで完結するプラン

- ・月額2,980円（税抜）から
- ・気軽に始めたい方におすすめ
- ・初回のみオンライン面談も可能
- ・LINEで24時間チャット相談可能
- ・スマートバスマット無料レンタル（新規ユーザーのみ）

【プレミアムプラン】 専属コーチとのオンライン面談に加え、LINEでの記録や相談も

- ・月額9,480円（税抜）から
- ・アクションが習慣化するまでしっかりサポート
- ・リバウンド保証付きで長期的な安定を目指したい方におすすめ
- ・2週間に1回のオンライン面談
- ・LINEで24時間チャット相談可能
- ・スマートバスマット無料レンタル（新規ユーザーのみ）

【お問い合わせ・申し込みはこちら】

Smart Daily 公式ホームページ <https://issin.cc/pages/smart-daily>

なお、「Smart Daily」は、企業の健康経営支援、自治体や健康保険組合の特定保健指導など、法人向けの提供も行っており、各団体ご担当者からのお問い合わせを受付中です。

【自治体、健康保険組合、企業等 法人のお問い合わせはこちら】

<https://form.run/@SmartDaily-jDkxpnTUPmGnHVESZnSD>

● サービス開始記念キャンペーン 概要

公式ホームページ（<https://issin.cc/pages/smart-daily>）より、Smart Dailyを契約された方先着200名に体重測定できるバスマット「スマートバスマット」またはAmazonギフト券、さらに心拍数連動エクササイズ「Smart 5min」専用バンドをもれなくプレゼントします。

Smart Daily™

スマートデイリー

サービス開始記念 キャンペーン

先着200名限定

新規ユーザー

OR

既にスマートバスマット
保有されている方

スマートバスマット
無料進呈*1



*1 コース終了後にレンタル貸与品を返却不要

*2 6ヶ月期間終了後に、支払額（税抜）の半額相当のAmazonギフト券進呈

6ヶ月終了後に
利用料の半額分*2



さらに プレゼント

Smart 5min™
スマートファイブミニッツ

毎日5分の運動習慣
通常価格:9,800円



・応募方法

公式ホームページより、「Smart Daily」をお申し込み（決済完了）いただくことで、自動で応募完了になります。詳細は購入ページをご確認ください。

・特典

- ①「スマートバスマット」1台、または6ヶ月利用料の半額分のAmazonギフト券のどちらか1つ
- ②「Smart 5min」専用バンド

※お申し込み完了後、該当者には個別に連絡させていただきます。

※本キャンペーンは、予告なく変更または終了する場合がございますので、あらかじめご了承ください。

・開発の背景

コロナ禍を経て、多くの人々が健康な食生活の維持、定期的な運動、ストレス管理など、自身の健康に対する意識を一段と高め、デジタルツールやアプリを利用して、個人が自分自身の日常的な健康管理を積極的に行うことが一般的になりました。

また、AIの普及やDX推進を受け、先端技術や最新の科学理論を取り入れた施策に期待が集まっており、健康医療分野にAI等のITを掛け合わせた「ヘルステック」も注目されています。

issinは、独自に開発した”無理なくライフスタイルに定着できる行動変容デザイン”を元に、第一弾のプロダクト「スマートバスマット」を2022年11月に発売、現在の利用者は35,000人を超え、多くのユーザーから「体重管理の習慣化に成功した」などの喜びの声が寄せられています。

あらゆるユーザーの体重管理ニーズに寄り添い、利用データ分析やユーザーから届く意見や感想の分析から、「スマートバスマット」が体重管理だけではなく、生活習慣や健康意識までも大きく変えていることが明らかになりました。

これを受け、issinはこれまでの知見を活かし、行動変容デザインに最新の研究成果を掛け合わせた生活習慣改善サービス「Smart Daily（スマートデイリー）」を開発、2023年9月に発表（*2）し、現在までに自治体や企業、健康保険組合等の多数法人に導入してきました。（*3）

そんな中、個人でも「Smart Daily」を利用したいという要望が多く寄せられ、これに応える形で、個人向けサービスの提供に至りました。

(*1)2023年9月 issin調べ 日本国内における生活習慣改善サービスとして

(*2)2023年9月5日発表当時の「スタイルアッププログラム」からサービス名称を変更

(*3)参考プレスリリース

・東大発スタートアップissin、特定保健指導対応の新プログラム「Smart Daily」が多数法人に新導入、ニーズ高を受け個人向けプランも開始決定

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000032.000103350.html>

・東大発スタートアップissinが那覇市・読谷村と住民の生活習慣改善の実証実験を実施し平均-3.3kg体重減・参加者満足度96%を達成

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000030.000103350.html>

・「スマートバスマット」概要

「スマートバスマット」は、お風呂上がりに乗るだけで体重測定など自動で健康管理ができるヘルスケア製品です。2022年4月に応援購入サービス「Makuake」で発表し、先行予約販売台数が3000台を突破しました。2022年11月に正式販売を開始し、最新のユーザー数は35,000人を突破しています。2024年1月現在、目的やライフステージに合わせた6つの体重管理モードや、家族間のプライバシーにも配慮した共有機能が実装されています。また、「AI体重未来予測」機能により、ユーザーのデータをAIが解析し、未来の体重変化の傾向を先読みし予測。この機能によって、ダイエットのモチベーション向上や、ダイエット後のリバウンド防止、高齢者のフレイル予防に繋がります。

- ・製品名：スマートバスマット
- ・販売価格：16,980円（税、送料込）
- ・購入方法：<https://issin.cc/pages/smart-bath-mat>
- ・カラー（ソフト珪藻土マット部分）：グレー、ダークグレー、グリーン・サイズ：600 x 390 x 20mm
- ・商品機能：Wi-Fi・Bluetooth機能、専用アプリ（iOS / Android）、充電式（電源ケーブル・電源アダプター付属）



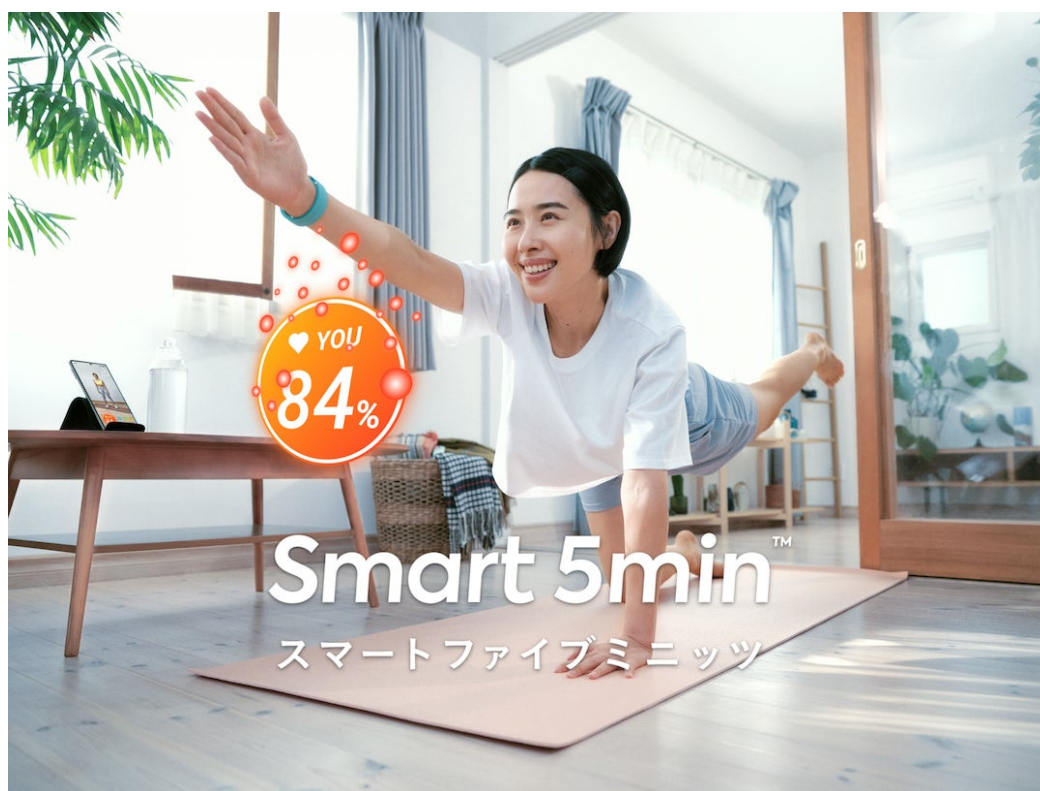
• 「Smart 5min (スマートファイブミニッツ)」概要

Smart 5minは、たった5分で爽快な1日が始められる、忙しい方に最適なエクササイズです。心拍数をリアルタイムで測定しながら、その日の気分や体調に合わせてAIパーソナルコーチが運動強度を自動調整します。この画期的なアプローチにより、どなたでも5分で爽快な1日が始まり、効果的で楽しい運動があなたのルーティンになります。

トレーニング時は腕に専用バンド（心拍計）を装着し、その日の体調や心拍数に連動して提案される、最適な強度のエクササイズ動画をスマートフォン用無料アプリで視聴しながら行います。運動後の爽快感や達成感を感じやすいようにデザインされ、続けやすいだけでなく、1日のパフォーマンスの向上をサポートします。

- ・ 製品名：Smart 5min（スマートファイブミニッツ）
- ・ 販売価格：9,800円（税・送料込）
- ・ 購入方法：<https://issin.cc/pages/smart-5min>
- ・ カラー（スマートバンド部分）：ブルー、ピンク、ブラック
- ・ サイズ：42 x 22 x 14mm
- ・ 商品機能：Bluetooth機能、専用アプリ（iOS / Android）、充電式（専用充電バッテリー・充電ケーブル付属）

※心拍数の測定は運動時の身体状況を図る目的での測定であり、本製品は医療機器ではありません。



会社概要

会社名：issin株式会社（読み：イッシン）

URL：<https://issin.cc/>

代表者：代表取締役 程 涛

設立：2021年4月5日

所在地：東京都文京区本郷七丁目3番1号 東京大学アントレプレナープラザ 705

資本金（資本準備金含む）：534,971,000円

事業内容：日常生活に溶け込んだヘルスケア機器・サービスの開発・提供

お風呂上がりに乗るだけで、無意識に体重管理ができる「スマートバスマット」

たった5分で爽快な1日が始められる、心拍数連動エクササイズ「Smart min」

専門家とAIが最適な健康アクションを提案する生活習慣改善サービス「Smart Daily」

issin代表 程 涛（テイ トウ）プロフィール

1982年、中国・河南省生まれ。東京工業大学卒。シリアルアントレプレナー（連続起業家）。2008年、東京大学情報理工系研究科創造情報学専攻の修士在学中に、研究成果のpopInインタフェースを元に、東大のベンチャー向け投資ファンド「東京大学エッジキャピタル（UTECE）」の支援を受けて、東大発ベンチャー popInを創業。

2015年に中国検索大手のBaiduと経営統合、2017年に世界初の照明一体型3in1プロジェクター popIn A laddinを開発し、2021年12月、シリーズ累計販売台数25万台を突破し異例のヒット商品となる。同年12月にNintendo Switch™ソフト「スイカゲーム」を発売、現在500万DLを超える大ヒットゲームとなる。

2021年4月、issin株式会社を創業。2022年8月、popIn株式会社代表を退任。2022年4月、日常生活に溶け込んだ体重計「スマートバスマット」をリリースし、現在までユーザー数3万人を超える。2023年12月、運動習慣サービス「Smart 5min」を発表、2024年1月には「オンラインエクササイズ同時接続数」のギネス世界記録™に認定される。

issin株式会社のプレスリリース一覧

https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/103350

問い合わせ先

issin株式会社 広報：岡田

TEL：03-3868-0186

MAIL：media@issin.cc

資料のダウンロードはこちら

<https://drive.google.com/drive/folders/1ZsZyd-g3bp-iX1UUZVyiZKmfJAeEXEBf?usp=sharing>
