

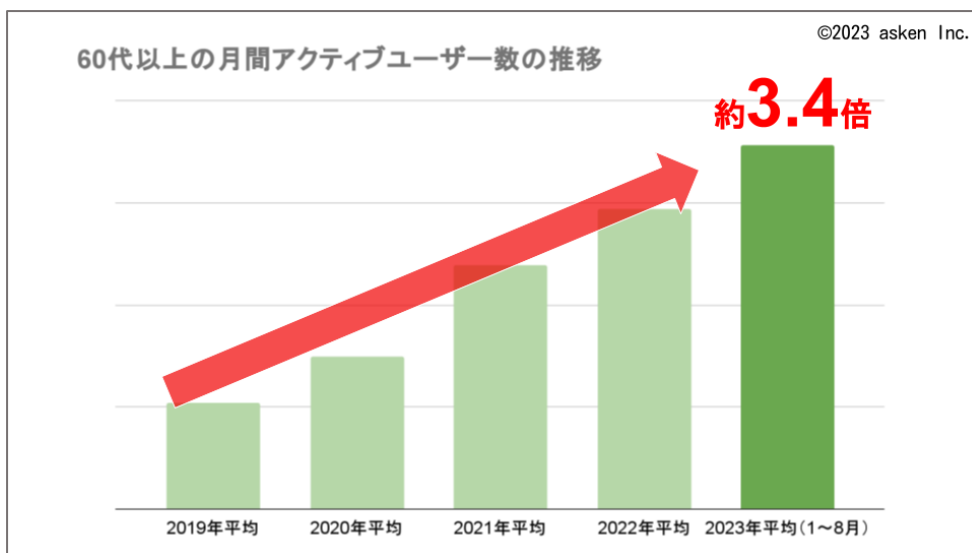
2023年9月15日

株式会社 asken

報道関係者各位

【敬老の日】60代以上のAI食事管理アプリ『あすけん』ユーザー調査発表**コロナ禍を経て60代以上の利用者数が約3.4倍に！****不足しがちなたんぱく質も目標摂取量をクリア**

累計会員数 900 万人*¹、国内 No.1*²の AI 食事管理アプリ『あすけん』の開発・運営を行う株式会社 asken(東京都新宿区、代表取締役社長 中島洋、以下「当社」)は、60 代以上の月間利用者数が 2019 年と比較して 2023 年には約 3.4 倍となりましたことをお知らせいたします。



『あすけん』の月あたりのアクティブユーザーのうち、60代以上のアクティブユーザー数を集計。

2019年以降の年間平均値（2023年は1～8月までの平均値）の推移を示したもの

コロナ禍を経て広く浸透した健康意識の高まりが影響し、『あすけん』全体の月間利用者数は増加を続けていますが、若年層だけではなく60代以上の層にもアプリを活用して食事や健康管理をする方が増えてきていることが見てとれます。

『あすけん』の65～74歳のユーザーは、不足しがちなたんぱく質の目標量を満たしている

厚生労働省の「日本人の食事摂取基準」（2020年版）は、65歳以上の方々の低栄養予防・フレイル予防も視野に入れて策定されています。摂取不足が発症に影響するとされるたんぱく質は、65～74歳では少なくとも男性60g/日以上、女性50g/日以上の摂取が推奨され、目標量は15～20%エネルギーと、他の年齢区分よりも高くなっています。

※出典：日本人の食事摂取基準（2020年版） 各論 高齢者、表5 (<https://www.mhlw.go.jp/content/10904750/000586580.pdf>)

『あすけん』の65～74歳のユーザーの皆さまの平均たんぱく質摂取量を集計したところ、2022年の年間平均で男性は80.2g/日、女性は68.9g/日となり、「日本人の食事摂取基準」（2020年版）の目標量を満たしていることがわかりました（下表）。

たんぱく質の目標量とあすけんユーザーの平均摂取量		
年齢区分：65～74歳（g/日）		
	目標量	あすけん
男性	77～103	80.2
女性	58～78	68.9

（目標量は日本人の食事摂取基準2020年版 各論 たんぱく質、表8 身体活動レベルIを元に作成）

当社は、『あすけん』で食事のカロリーや栄養素を「見える化」することで、ユーザーの皆さまの賢い食事選びをサポートし、栄養バランスのとれた健康的な食生活を送っていただきたいと考えています。今後も引き続き、ダイエットをはじめ、さまざまな人のライフステージに寄り添い、『あすけん』を通じた食生活改善を通して健康をサポートしてまいります。

■サービス概要：AI 食事管理アプリ『あすけん』

『あすけん』は食事画像やバーコードを読み取るだけでカロリーや栄養素が表示され、ご自身に合った目標摂取エネルギーや各種栄養素に対する過不足が一目でわかる、あらゆるライフステージの食の課題と向き合う食事管理アプリです。

AI 栄養士からの食事内容や食生活のアドバイスを毎日見ることができ、次の食事で何を食べればよいのかがわかるため、食事の選択力が身につき食生活の改善に役立ちます。

- ・会員数 900 万人*1（海外含め 942 万人）以上
- ・2021 年・2022 年ダウンロード数&売上 No.1*2
- ・メニュー数は 15 万件以上
- ・カロリーと各種栄養素 14 項目*3の過不足をグラフ表示
- ・AI で自動表示されるアドバイスパターンは 20 万以上

食事管理アプリ『あすけん』サイト：<https://www.asken.jp>



<主な受賞歴>

2020 年：「革新的な優れたサービス」への内閣総理大臣表彰制度、第 3 回日本サービス大賞「優秀賞」を受賞。

2022 年：『あすけん』内の食事アドバイスコース「妊娠・授乳期に！あすママコース」が BabyTech® Awards2022 [妊活と妊娠部門] 大賞を受賞。Google Play ベスト オブ 2022 において、アプリ「ユーザー投票部門」大賞、

「自己改善部門」大賞をダブル受賞。

2023年：食事アドバイスコース「妊娠・授乳期に！あすママコース」が第4回日本子育て支援大賞を受賞。

<アプリ概要>

名称	AI 食事管理アプリ『あすけん』
利用料金	ダウンロード無料 (App 内課金あり)
対応 OS	iOS/Android
ストア URL	【App Store】 https://apps.apple.com/jp/app/id687287242 【Google Play】 https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.greenhouse.asken

*1：2023年7月時点の累計会員数

*2：日本国内 AppStore と GooglePlay 合算の「ヘルスケア（健康）/フィットネス」カテゴリにおける、2021年・2022年のダウンロード数および収益（data.ai 調べ）

*3：あすけんダイエット基本コースの場合。食事アドバイスコースによって表示される種類は異なります。

■会社概要：株式会社 asken

asken は、栄養学の知見と AI をかけあわせ「ひとびとの明日を、今日より健康にする」ことをミッションに、下記の事業を展開しています。

- ・国内個人向けサービス:AI 食事管理アプリ『あすけん』の開発・運営
- ・医療機関向けサービス:病院での栄養指導の一助として『あすけん』の食事記録と管理者向けシステムの提供
- ・法人向けサービス:従業員の食生活改善、市民の健康増進などを目的とした『あすけん』の団体向け利用
- ・海外個人向けサービス:北米でのスマホアプリ『Asken Diet』の開発・運営
- ・食事療法を補助する治療用アプリ(医療機器プログラム)の開発

設立：2007年10月1日

所在地：〒163-1442 東京都新宿区西新宿三丁目20番2号 東京オペラシティタワー42F

株主：株式会社グリーンハウス(100%出資)

コーポレートサイト：<https://www.asken.inc>

©2023 asken Inc.

【本リリースに関するお問い合わせ先】

株式会社 asken 広報・PR 担当：多田（ただ）

Tel:03-3379-1213 Mobile:080-8195-9041 E-mail: grp_asken_pr@asken.inc