

あなたの担当代理店は…

---



株式会社 タニタヘルスリンク

お問い合わせはお気軽に… お客様相談室 フリーダイヤル 0120-171-312 受付時間9:00～18:00 (土日祭日を除く)  
〒102-0093 東京都千代田区平河町2-7-2 平河町ビルディング4F

さあ、これからの人生を  
生き生きと奏でてみませんか。

# アニマート Animato

あなたは、どんなときに、幸せを感じますか。  
趣味を楽しんでいるとき？ 旅行やおしゃれ？ ご家族と過ごすひとときがいちばん、  
という方もいらっしゃることでしょ。その瞬間は、  
今も、これからも、ずっと手にしていきたい、大切な宝物です。  
タニタの『アニマート』は、加齢による「体調」の変化にあわせて、  
「栄養」と「運動」の両面から健康を支えるコンシェルジュサービス。  
あなたといっしょに、生き生きと輝く人生を奏でていきます。

加齢による体調の変化にあわせて  
長期的にサポートしていきます

定期的な体調チェック

あなた バランスのよい食事 タニタ

適度な運動

## 【Animato/アニマート】について

音楽用語のひとつで「明るく、元気に、生き生きとしたテンポで」という意味があり、人生においても、まさに「アニマートの調べ」で過ごしていただきたい——  
そんな思いから、新しいウェルネスサポートサービスのブランド名といたしました。

年齢を重ねるごとに、むしろ  
若々しく、前向きに――。それが、  
アニマートがめざすゴールです。

はじめに → まいにち → ずっと

まずは、あなたのこれからの目標や夢をお聞きかせください。  
その実現に必要な体力とはどんなレベルなのか、  
毎日のお食事で気をつけたいポイントは何か。  
経験豊富な担当カウンセラーが、あなたの想いを受けとめ、  
5年後、10年後を見すえた健康プログラムをおつくりします。

#### カウンセリング

ご入会時に提出された問診票をもとに、経験豊富なカウンセラーがご希望やお悩みをお聞きしながら、目標とする心と身体の健康ステージをあなたと一緒に設定していきます。



\*カウンセリングプログラムは厚生労働省「特定保健指導」に準拠し、カウンセラーはすべて管理栄養士及び健康運動指導士資格取得者でカウンセリング経験5年以上のプロフェッショナルです。

#### 健康プログラム作成

20項目以上の健康指導メニューの中から、年代に応じたあなたの目標に最適な組み合わせで健康プログラムを作成します。食事や運動をはじめ、ライフスタイル全般に関する詳細なアドバイスをご提供いたします。





基礎体力。柔軟性。バランス能力。  
わずかな時間でも、続けることが  
将来への貯金になります。

ライフスタイルをご自分で変えていくのは難しいものです。  
健康プログラムを無理なく実践できるように、  
毎日の暮らしの中で寄り添うようなサポートをご提供します。  
あなたの目標や夢を知る私たちだからできる、細やかで効果的なアドバイス。  
まるで人生のパートナーのようにあなたを支えます。

定期的な計測(自動送信)・毎月のレポート

ご入会時にお届けする体組成計・歩数計、その他計測機器を使用して定期的な測定を。はかるだけで測定データはタニタへ自動送信され、詳細な健康レポートが毎月ご自宅に届きます。



電話カウンセリング(随時)

健康プログラムやレポートへのご質問はもちろん、「最近疲れやすい」「食欲がない」など、日々の体調で気になることもお気軽にご相談ください。あなたの担当カウンセラーが、栄養面、運動面、心理的な面からも、最適なアドバイスをご提供します。



40代、50代、60代…。  
からだの変化は、新しい  
食の楽しみ方も運んでくれます。



アニマートと過ごして1年がたつ頃。あなたは“健康の手応え”を実感していることでしょう。身体も心も軽やかになって、新しい夢を追い求めはじめているかもしれません。健康づくりは、絶えず変化していく体調を見つめながらの、1年1年の積み重ね。その手応えをさらに確かなものにしていただくために、アニマートは一生涯を通じて健康づくりをお届けしていきます。

次の“からだの変化”に備えて

あなたのライフスタイルにもっとフィットする健康習慣とは？ 身体の変化にどう対処していくか？ データを参考にしながら、新たな取り組みを考えます。また、DNA（遺伝子）診断をはじめ高度なヘルスチェックもご紹介します。



さらに若々しく、前向きに

たとえば、女性の更年期。男性のメタボ。加齢によって次々と健康課題が浮かんできます。それを上手に乗り切り、年齢を重ねるごとにむしろ若々しくなっていく— そんなすてきな生き方を、アニマートはお届けしたいと考えています。





**「健康づくりとは、年々変化していく自分の体と、  
楽しく真剣に向き合っていくこと」**

タニタ総合研究所 所長 谷田大輔

プロフィール／1942年5月生まれ、立教大学経済学部卒。1966年、タニタ製作所（現株式会社タニタ）に入社。大阪営業所長、取締役開発部長等の要職を経て、1985年株式会社タニタ 代表取締役社長に就任。在任中、海外主要国にて会社設立、代表を兼務。2008年株式会社タニタ 代表取締役会長に就任。現在、タニタ総合研究所所長。

谷田所長にとって「健康」とはなんですか。

「ひと言でいうと、豊かな人生を送るためのパスポート、でしょうか。趣味とか食べることとか、好きなことはずっと楽しんでいきたいですね。それをかなえてくれるのが健康です」

でも、健康でいるのは簡単なことではありません…

「まず知ってほしいのは、体は年々変化していくということです。たとえば、男性は30代からメタボリックシンドロームのリスクが高まりますし、女性の場合はホルモンバランスにとっても敏感です。もちろん、必要な栄養や食事量、運動は個人差があります。つまり、健康のあり方は、一人ひとり年齢ごとに違うんです」

それをサポートしてくれるのがアニマートですね？

「そうです。アニマートでは食事、運動、こころの専門家がチームを組んで、長期にわたって健康づくりを応援していきます。私自身、20年ほど前から専門家のサポートを受けてきました。今でもスキーや書を楽しむことができるのはそのおかげです」

最後に、これからご入会される方にメッセージを。

「体のケアは自分も気付かない、ちょっとした変化に対し、専門家のアドバイスがいつも身近にあることが欠かせません。ぜひアニマートで、あなたらしく豊かな人生を楽しんでいただきたいと思います」



誰にでも「見える、わかる」高品質な製品・サービスで、  
世界中に健康をお届けしたい——それがタニタの願いです。

私たちタニタは1923年の創業以来、「はかる（測る、計る、量る）」をコンセプトに、体重計、体組成計から携帯型デジタル尿糖計まで多彩な機器を開発してきました。

近年はそれらの機器を「どう使い、本物の健康を手にしていただくか」を念頭に、メタボリックシンドローム予防や生活習慣の改善プログラムなどサポートサービスの開発・提供に力を注いでいます。

今回ご紹介するAnimato「アニマート」は、先進の機器と手厚いサポートを組み合わせ、タニタの集大成とも言えるサービスです。

私たちはこれからも、世界の人々の健康づくりに貢献していきます。

