

「あすけん学校教育向け」の導入について

平素から本市教育活動にご理解、ご協力を賜り、ありがとうございます。

全員喫食制中学校給食開始に伴い、食育の推進に向けた取組を行うことを目的として、中学生を対象に、新たに下記のとおり「あすけん学校教育向け」を開始します。

「あすけん学校教育向け」は、中学生専用に開発したものです。学校の授業等で活用できるほか、ご家庭のスマートフォンやパソコンからも使用が可能です。子どもたちが自分の食事に関心をもち、食事内容を振り返ることができるものとなっています。

「あすけん学校教育向け」を使用するには、生徒用の ID とパスワードが必要であり、このたび、中学校から生徒用の ID とパスワードを配付させていただきました。

つきましては、11 月から使用開始となっておりますので、ぜひ、ご家庭でもお子様と一緒にご活用ください。

記

1 特色

- ・中学生が、自分が食べた食事内容の栄養素を確認したり、管理栄養士が監修したアドバイス等を受け取ったりすることができる。
- ・堺市の中学校給食実施日の給食のデータが登録されており、給食の料理毎に食べた分量を選択することで、実際に給食を食べた量の栄養価を把握することができる。

2 使用方法（別紙のとおり）

① 「あすけん学校教育向け」にアクセス

- ・パソコン <https://www.asken.jp/student>
- ・スマートフォン <https://www.asken.jp>
- ・QR コード



② あすけんログイン画面から、学校で配付された個別の ID とパスワードを入力しログイン

③ 初めてログインする場合は、利用規約への同意が必要となりますので、「同意する」をクリック。

※なお、あすけん利用規約、プライバシーポリシーは下記のリンクから確認できます。

あすけん利用規約 <https://column.asken.jp/kiyaku/>

あすけんプライバシーポリシー <https://column.asken.jp/asken-privacy-policy/>

3 その他

- ・1食毎のアドバイスを受けられる機能や、ご家庭のスマートフォンでご利用の場合は、食事内容を写真撮影することで、食事内容を入力できる機能を使用することができます。（ただし、中学校在籍中のみ）
- ・中学校卒業後も、学校から配付した個別の ID とパスワードを使用して『あすけん』を利用することができます。（「あすけん学校教育向け」から『あすけん』無料版に自動的に移行します）

「あすけん学校教育向け」使用方法

R7.10

1. はじめにログインをしてください。

WEB版

「あすけん」へようこそ！

IDとパスワードを入力してログインしてください。

ログインID

パスワード

[パスワードを忘れたら](#)

ログイン

学校から配付された
【ID】と【パスワード】で
ログインしてください

アプリ版

ようこそ、あすけんへ
栄養士の未来です！

さっそく始める

ログイン

ログイン

メールアドレス、またはID

パスワード

ログイン

[パスワードを忘れた方](#) | [アプリのお問い合わせ](#)

または

Appleでサインイン

LINEでログイン

Googleでログイン

dアカウントでログイン

ダウンロードは
こちらから



2.利用規約への同意とパスワードの再設定

①利用規約のポップアップ画面



初めてログインする場合は、利用規約への同意が必要となりますので、「同意する」をクリック。

※なお、あすけん利用規約、プライバシーポリシーは下記のリンクから確認できます。

あすけん利用規約

<https://column.asken.jp/kiyaku/>

あすけんプライバシーポリシー

<https://column.asken.jp/asken-privacy-policy/>

②パスワード再設定画面

パスワード再設定

新しいパスワードを設定してください。

パスワード	
パスワード(確認)	

パスワード再設定

初期パスワードから新しいパスワードに設定しなおしてください。

※パスワードは8文字以上の半角英数字

3. マイページから基本情報設定変更

WEB版

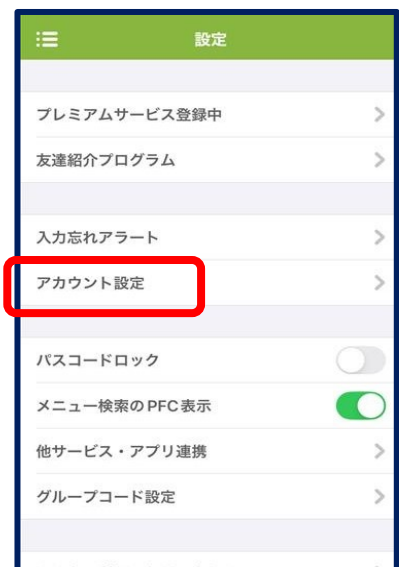


〈WEB版〉

マイページでニックネームの部分の▼部分をクリックし、【設定変更】をクリック。

「生年月日」「性別」「身長」は初期設定となっているため、設定画面で編集をします。

〈アプリ版〉下記の赤枠を順にクリック



4. 基本情報の設定変更(身長等の入力)

- ・性別、生年月日、身長を入力します。

※生年月日と身長・性別を変更しておくで正確な目標カロリー等がわかります。

WEB版

基本情報設定変更

※の項目は、必須項目です。

ニックネーム ニックネーム
ハイフンやスペースを除く15文字以内でご入力ください。

メールアドレス1 [登録する](#)

メールアドレス2 [登録する](#)

パスワード
8~40文字の半角英数字記号でご入力ください。

パスワード(確認)

性別 ☐ 男性 ☒ 女性

生年月日 2011 年 04 月 02 日

身長 160.0 cm
小数点第一位まで入力できます。

アプリ版

< 戻る アカウント設定

会員ID

ニックネーム ニックネーム >

パスワードの変更 >

メールアドレス 登録がありません >

+ メールアドレスを追加

生年月日 2011年04月02日 >

身長 160.0cm >

性別 女性 >

郵便番号 >

5. 食事を記録し、アドバイスを見る。

基本のSTEP

1. 食事区分を選ぶ
2. メニューを選ぶ
3. 分量を選ぶ
4. アドバイスを見る

昼食入力画面から

入力当日の堺市の中学校の「給食メニュー」を入力できます。
(生徒のIDでログインした場合に限り「給食メニュー」が出ます。)

WEB版



アプリ版



この他の「あすけん」の基本操作方法や便利機能等は、「あすけんの使い方」の説明動画をご確認ください。↓
<https://www.asken.jp/jp/info/howto>