

ダノン ビオ、腸活習慣をサポートする新アプリ「BIO 腸活」をローンチ 9 月 1 日より、「ダノン ビオ® 8 日間チャレンジ」キャンペーンも開始

ダノンジャパン株式会社（本社：東京都目黒区、代表取締役社長：ロドリゴ・リマ）は、おいしく手軽に続けられる腸活を提案する「ダノン ビオ®」ブランドより、腸活の習慣化をサポートする新アプリ「BIO 腸活」をローンチしました。本アプリは、腸に関わる 5 つの生活習慣を記録・可視化することで、一人ひとりに合った腸活習慣づくりをサポートするサービスです。また、本アプリのローンチに合わせ、2026 年 9 月 1 日（火）～11 月 30 日（月）まで、ダノン ビオ対象商品の購入レシートで応募できる「ダノン ビオ® 8 日間チャレンジ」キャンペーンを実施します。



【アプリ概要と開発背景】

「BIO 腸活」は、お通じ・食事・睡眠・運動・ストレスなど、腸に関わる生活習慣を記録し、その内容をもとに算出される「生活習慣スコア^{※1}」やアドバイスを通じて、日々の変化を可視化できるサービスです。LINE ミニアプリから無料で利用できます。ユーザーは、日々の生活習慣をアンケート形式で記録しながら、自身の体調との関係性を簡単に振り返ることができます。また、アプリ内ではダノン ビオ製品のカップを AR スキャンしてポイントを貯める機能や、無料抽選への参加機能、ダノン ビオ公式キャラクター「Bioまる」の着せ替え機能など、楽しみながら腸活を続けられる仕組みを提供しています。

腸内環境は目に見えず、食事・睡眠・運動・ストレスなどさまざまな要因の影響を受けることから、腸活をしても成果を実感しにくかったり、継続が難しいと感じる人も少なくありません。ダノンジャパンが 2024 年に実施した「腸活に関する意識調査」では、腸活に興味がある人の 43.5%が「何が正しいのかわからない」と回答し、腸活実践者においても「継続が難しい」「自分に合った方法がわからない」といった声が多く見られました^{※2}。

こうした課題を踏まえ、「BIO 腸活」は生活習慣や体調の変化を記録・可視化し、自身の状態を把握しながら無理なく腸活を続けられるよう開発されました。まずは「8 日間」をひとつの区切りとし、お通じや食事に加え、睡眠・運動・ストレスなどをあわせて記録することで、腸活を気軽に始め、継続するきっかけを提供します。

<アプリ概要>

- ・名称 : BIO 腸活 (ビオちょうかつ)
- ・価格 : 無料 (アプリの通信料はお客様のご負担となります)
- ・提供形態 : LINE ミニアプリ (専用アプリのインストールは不要です)
- ・対応 OS : iOS / Android (LINE アプリ最新版を推奨)
- ・URL : https://miniapp.line.me/2008745557-QIb2gtxp?channel=bio_pr

※「BIO 腸活」は、健康的な生活習慣をサポートするためのアプリであり、病気の診断、治療、予防を目的とするものではありません。ご自身の体調に応じて、医療機関にご相談ください。



【アプリの主な機能】

①生活習慣スコア／腸活の進捗

お通じ・食事・睡眠・運動・ストレスの全 5 項目に関する質問に回答することで、腸活の総合スコアと各生活習慣のスコアを算出します。各項目では現在の状態に関する説明に加え、今日から実践できる改善のヒントを確認できます。スコアは日々の記録に応じて更新され、カレンダーやグラフで推移を振り返ることができます。また、継続状況に応じて腸活レベルが「初心者」「探索者」「上級者」「達人」「マスター」の 5 段階で上昇。さらに、記録を継続することでポイントが貯まり、4 日間・8 日間・14 日間の継続達成ごとにボーナス抽選へ参加できます。

②ダノン ビオで腸活 (AR スキャン)

開封したダノン ビオ製品のカップをカメラでスキャンすると、ポイントを獲得できます。また、ダノン ビオ製品に含まれるビフィズス菌 BE80 をモチーフにしたキャラクター「BE80」などが登場し、製品を継続して食べることで成長していきます。日々の腸活や継続喫食を楽しくサポートする機能です。

③食事の記録

毎日の食事内容を詳細に記録することで、摂取エネルギーや栄養バランス (タンパク質・脂質・炭水化物・食物繊維) を確認できます。不足している栄養素を把握できるほか、各栄養素の働きやおすすめの食品も確認できます。

④ポイントと着せ替え

アプリ内では、毎日の記録や製品スキャンなどを通じてポイントを貯めることができます。貯めたポイントは抽選会への参加や、「ビオまる」の着せ替えアイテムとの交換に利用できます。また、着せ替えた「ビオまる」や自分の腸活スコアは、LINE や SNS でシェアすることも可能です。



【アプリ監修 国際医療福祉大学 熱海病院 病院長 / 国際医療福祉大学 消化器内科統括教授

中島淳先生のコメント

「腸内環境は、一度決まったら変わらないというものではありません。食事だけでなく、睡眠、運動、ストレス、飲酒習慣など、さまざまな生活習慣の影響を受けながら日々変化しています。つまり、毎日の小さな行動の積み重ねが、現在の腸内環境を形づくっているのです。個人差はありますが、腸に良い行動を継続することで、数日から1～2週間ほどで排便リズムやお腹の調子などの変化を実感する方もいます。

一方で、その変化は緩やかなため、自分では気づきにくく、手応えを感じられないまま途中でやめてしまう方も少なくありません。だからこそ、食事や便の状態に加え、睡眠や運動、ストレスなどを記録し、自分の生活習慣と体調を振り返ることには大きな意味があります。日々の変化を見る化することで、自分の腸内環境によい影響を与えている行動に気づきやすくなり、無理なく習慣化することにもつながります。腸活においては、完璧を目指すよりも、まずは続けてみるのが重要です。『8日間』という区切りは、自身の生活習慣に目を向けながら腸活を始める第一歩として、取り組みやすい期間だと考えています。」



<プロフィール>

国際医療福祉大学 熱海病院 病院長 / 国際医療福祉大学 消化器内科統括教授 中島淳

医学博士。日本を代表する消化器疾患の研究者であり、臨床医としても豊富な経験をもつ。厚生労働省指定の難病、偽性腸閉塞症の研究班で代表者を務め、治療法の確立にとりくむ。また、医療従事者向けの『慢性便秘症 診療ガイドライン』作成メンバーとしても尽力する。海外の便秘薬や最先端治療に精通し、漢方薬にも詳しい。講演会多数。著書は『寿命の9割は「便」で決まる』（SB新書）、『腸トラブルの治し方』（Gakken）など。

【ダノン ビオ® 8日間チャレンジ キャンペーン】

「BIO 腸活」の本格展開に合わせ、2026年9月1日（火）より「ダノン ビオ® 8日間チャレンジ」キャンペーンを実施します。本キャンペーンでは、対象商品を2個購入した方の中から888名様にJCBギフト5,000円分を、4個購入した方の中から88名様にJCBギフト10,000円分を抽選でプレゼントします。

■応募期間（レシート有効期間）

2026年9月1日（火）～11月30日（月）

■応募締切

2026年11月30日（月）23:59

※はがき応募の場合は、当日消印有効となります

■応募条件と賞品内容

・ダノン ビオ 2個購入：JCBギフト5,000円分（888名様）

・ダノン ビオ 4個購入：JCBギフト10,000円分（88名様）

※対象はダノン ビオの全商品（プレーンシリーズ／フルーツシリーズ／フレーバーシリーズ／腸活これだけ®シリーズ／脂肪燃焼ヨーグルトドリンク）となります

※複数カップ商品は、1パックを1個購入としてカウントします

※段ボールケースでご購入の場合は、1ケース購入でどちらのコースにも応募可能です



■応募方法

期間中応募条件を満たしたダノン ビオ購入レシートの写真を撮影し、特設応募サイト内の応募フォームよりアップロード・必要事項を入力の上ご応募ください。また、はがきでの応募も可能です。詳細は下記特設応募サイトをご確認ください。

(特設応募サイト：<https://www.danone.co.jp/bio/2026cp/>)

■抽選・当選発表

当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。賞品の発送は 2027 年 1 月上旬頃を予定しております。

■キャンペーンに関するお問い合わせ先

「ダノン ビオ® 8 日間チャレンジ」事務局（ダノンジャパン株式会社）

TEL：0120-996-188 受付時間：平日 10:00～17:00（土・日・祝日・年末年始を除く）

今後もダノン ビオは、製品とサービスの両面から腸活をサポートし、多くの方が自分に合った腸活習慣を見つけ、おいしく楽しく続けられる環境づくりに取り組んでまいります。

※1「生活習慣スコア」は、ご自身の回答（全 15 問）にもとづき算出される生活習慣の目安であり、腸内細菌叢の検査・測定を行うものではありません

※2 ダノンジャパン「腸活に関する意識調査」（2024 年 7 月／全国 20～60 代の男女 600 名／インターネット調査）

<ダノン ビオについて>

ダノン ビオは、日々の体調を整えながら、毎日自然に、おいしく続けられる「腸活」をサポートするブランドです。100 倍胃酸に強く、生きて腸まで届くビフィズス菌 BE80 を配合した、様々な製品ラインナップを展開しています。日本では 2002 年に初めて 4 個パックの「ダノン ビオ ヨーグルト」を発売し、以降ロングセラーブランドとして多くの方々にご愛顧いただいています。「[ダノン ビオ ヨーグルト](#)」は、プレーンや様々なフルーツシリーズに加え、年に 4 回の季節限定品を展開。また 2024 年には、腸活に必要なビフィズス菌 BE80、オリゴ糖、食物繊維を一度に摂取できる個食タイプのヨーグルト「[腸活これだけ](#)」シリーズを発表。2025 年には、脂肪燃焼効果が報告されている希少糖アルロースを配合し、おなかの調子を整えながら脂肪の燃焼を高めるダノンジャパン初のドリンクタイプ製品「[脂肪燃焼ヨーグルトドリンク](#)」を展開。現代の多様なライフスタイルに合わせ、毎日おいしく続けられる「腸活」を多彩な製品ラインアップでサポートしています。<https://www.danone.co.jp/bio/>

<ダノンジャパンについて>

1919 年に世界初のヨーグルト工業化に成功し、現在フランス・パリに本拠を置くダノンは、「世界中のより多くの人々に、食を通じて健康をお届けする」ことをミッションに、健康を重視した製品群を通して世界中でシェアを拡げている、食品・飲料業界のリーディングカンパニーです。ダノンは「チルド乳製品と植物由来の製品」「ウォーター」「専門栄養食品」の 3 つのカテゴリーでグローバルに事業を展開しており、世界 120 以上の地域で製品を販売しています。日本市場には 1980 年に参入し、現在はダノンジャパン株式会社として、乳製品の「ダノン ビオ」「ダノン オイコス」「ダノンヨーグルト」「ベビーダノン」「プチダノン」、また植物性食品（オーツミルク）の「アルプロ」を展開しています。またダノンジャパンは 2020 年、日本の大手消費財メーカーおよび食品業界で初めて、社会や環境に配慮した事業活動において一定の基準を満たした企業のみ与えられる国際認証「B Corp」を取得しており、「One Planet. One Health」というビジョンのもと、より健康的で持続可能な事業展開・経営に尽力しています。<https://www.danone.co.jp>

【お客様からのお問い合わせ先】

ダノンジャパン お客様相談室

フリーダイヤル：0120-409-610（祝日を除く平日 9：00～17：30）