

飲食運動

健康資訊網



指導教授：張正源 教授

班級：四資三A

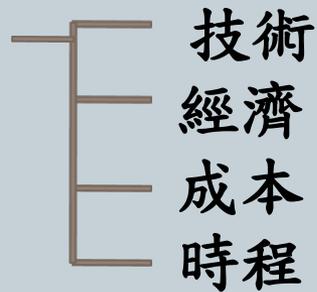
組長：9511461015 黃思霖

組員：9511461010 陳詩亭

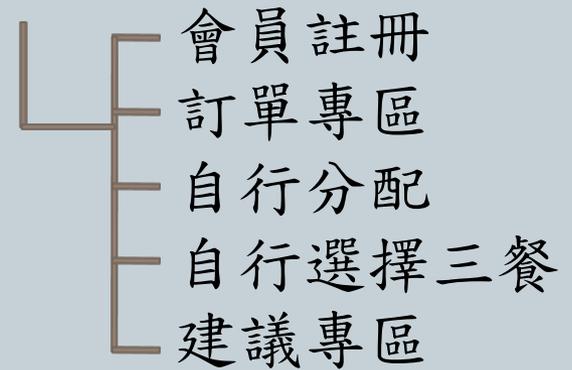
9511461059 吳敘銘

專案大綱

- ◆ 需求動機
- ◆ 需求目標
- ◆ 適用範圍
- ◆ 構想架構圖
- ◆ 架構圖
- ◆ 可行性分析
- ◆ SWOT分析
- ◆ 使用者案例圖



- ◆ 物件圖
- ◆ 類別圖
- ◆ 人機介面



需求動機



- 日前想減肥的人數日益增加，就是想让大眾都可以簡單方便就可計算每天食物的營養攝取量和每個人每天所消耗的運動量。
- 只要前一天上網紀錄你隔日想吃的東西與當日的運動量，就可以了解每日吸收多少熱量與卡路里。

需求目標



- 每日固定對所攝取的卡路里和消耗量作紀錄與計算。
- 我們也會提供訂餐的卡路里平均值。
- 累積一周或一個月後，以統計圖表的方式呈現給使用者每日攝取卡路里的總量。
- 未來也有可能配合各大醫院和飯店的餐點熱量做計算，提供病患攝取足夠的卡路里。
- 我們能讓行動不便的老年人提出他想食用的美食，配合宅配或外送的方式送餐點到府的服務。

適用範圍

初期預計先以大台北地區為主要宅配外送服務，結合機動性較高的摩托車物流業者，提供大台北地區的道地美食，包含夜市、高級餐廳和一般餐館的美食外送服務，並且結合B2B電子商務的網路架構，讓使用者能在網路上點選想食用的美食或小吃後，能在第一時間就先讓餐廳業者烹煮餐點，隨後配合物流業者幫客人拿取餐點並送貨到府，不僅節省了繁忙都市人的生活時間，也能避免開車去逛夜市時找不到車位的窘境。



構 想 架 構 圖

飲食運動健康資訊網站

會員管理

會員註冊、登入

會員資料查詢、修改

訂單專區

訂單處理

物料採購管理

健康運動專區

提供健康飲食、運動知識

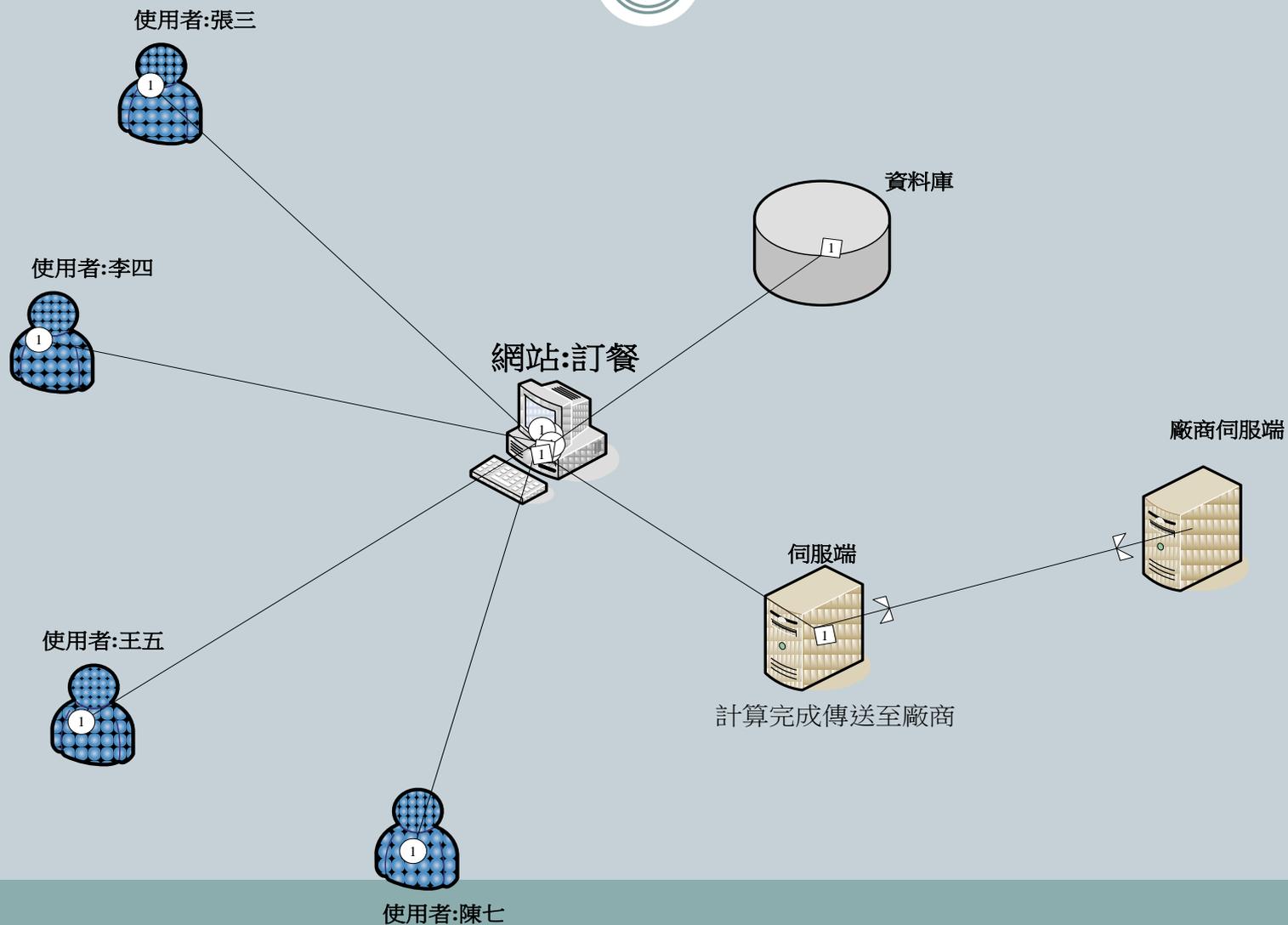
提供一般會員計算熱量

餐飲專區

使用者自行選擇卡路里餐點

幫使用者宅配各式美食

網路架構圖



技術可行性



直接購買電子商務重量級的虛擬主機，不僅可節省相關機房的設備建置費用，也能解省僱用機房管理人員的成本，考量我們的網站服務並不需要大量的硬碟空間，所以一旦網站設計出來後，便能馬上更新至虛擬主機上線，立刻提供相關服務，而且軟硬體的更新和維護都可以直接交由虛擬主機的公司負責，每年可節省的支出成本可望達到100萬以上。



MS SQL 主機

旗艦型

電子商務

5000MB

30GB

The image shows two server racks on the left. The text is overlaid on a blue and white background with a grid pattern.

經濟可行性



● 系統分析師工作費	100000元
● 程式設計師工作費	200000元
● 程式維護師工作費	150000元
● 客服人員工作費	80000元
● 訓練費	30000元
● 印製文件費	50000元
● 雜費	200000元
● 人事成本	100000元
● 運輸成本	500000元
● 合計	1410000元

成本分析



- $PP=C/P$

$$X=141/54(\text{萬})$$

$$X=\text{約 } 2.7\text{年}$$

PP 還本年限 約2.7年

C 投資額 157萬

P 每年回收金額 54萬

(一天一個賺50元，一天賣30個)

所以需要約二年七個月，就可以回本。

SWOT 分析

- * 可提供餐點查詢。
- * 會員價錢便宜，則可以簡單查詢到卡路里攝取量。
- * 會員提供週報表、月報表查詢，了解整個所減少的卡路里量。

優勢

- * 人常常因為惰性而不上網查詢與紀錄，所以這樣會造成報表的不明確。

劣勢

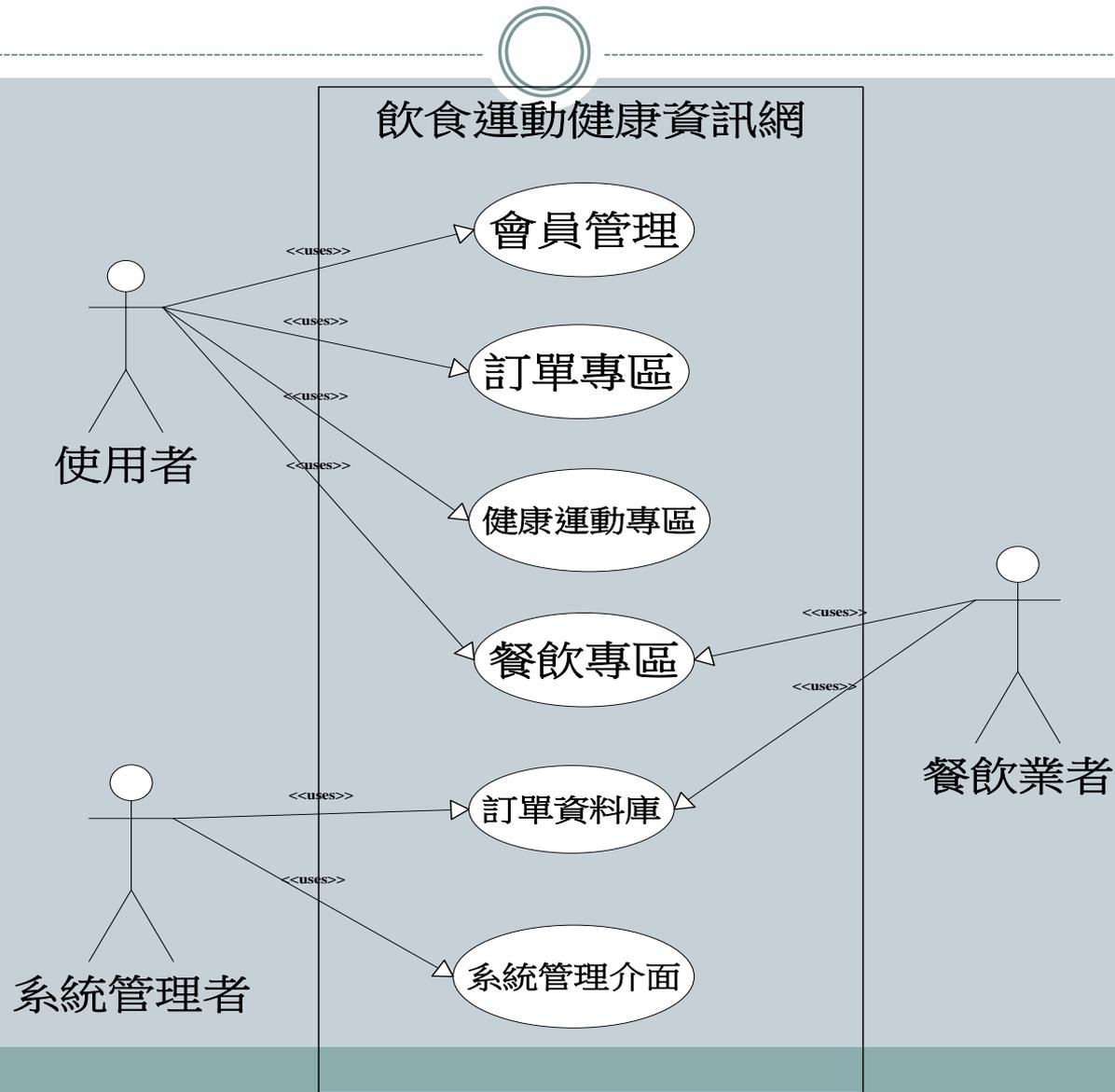
機會

- * 與相關健康飲食業做結盟。
- * 可以與醫院結盟，利用飲食去控制高血壓因子與糖尿病族群。

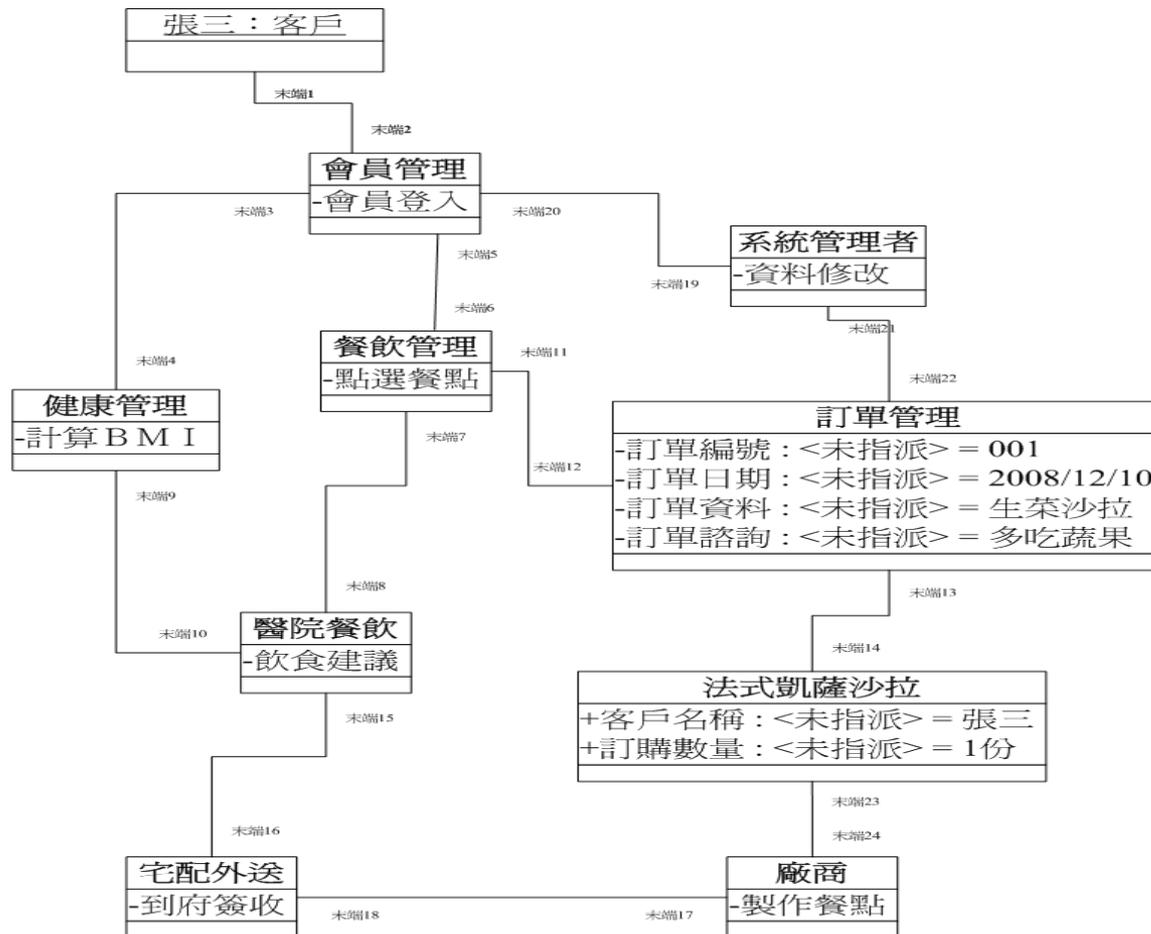
威脅

- * 營養教育資訊網：
僅提供查詢單項食物卡路里。
- * 媚登峰、減肥中心：
想更進一步查詢需要加入會員，去報名減肥課程，價錢昂貴。

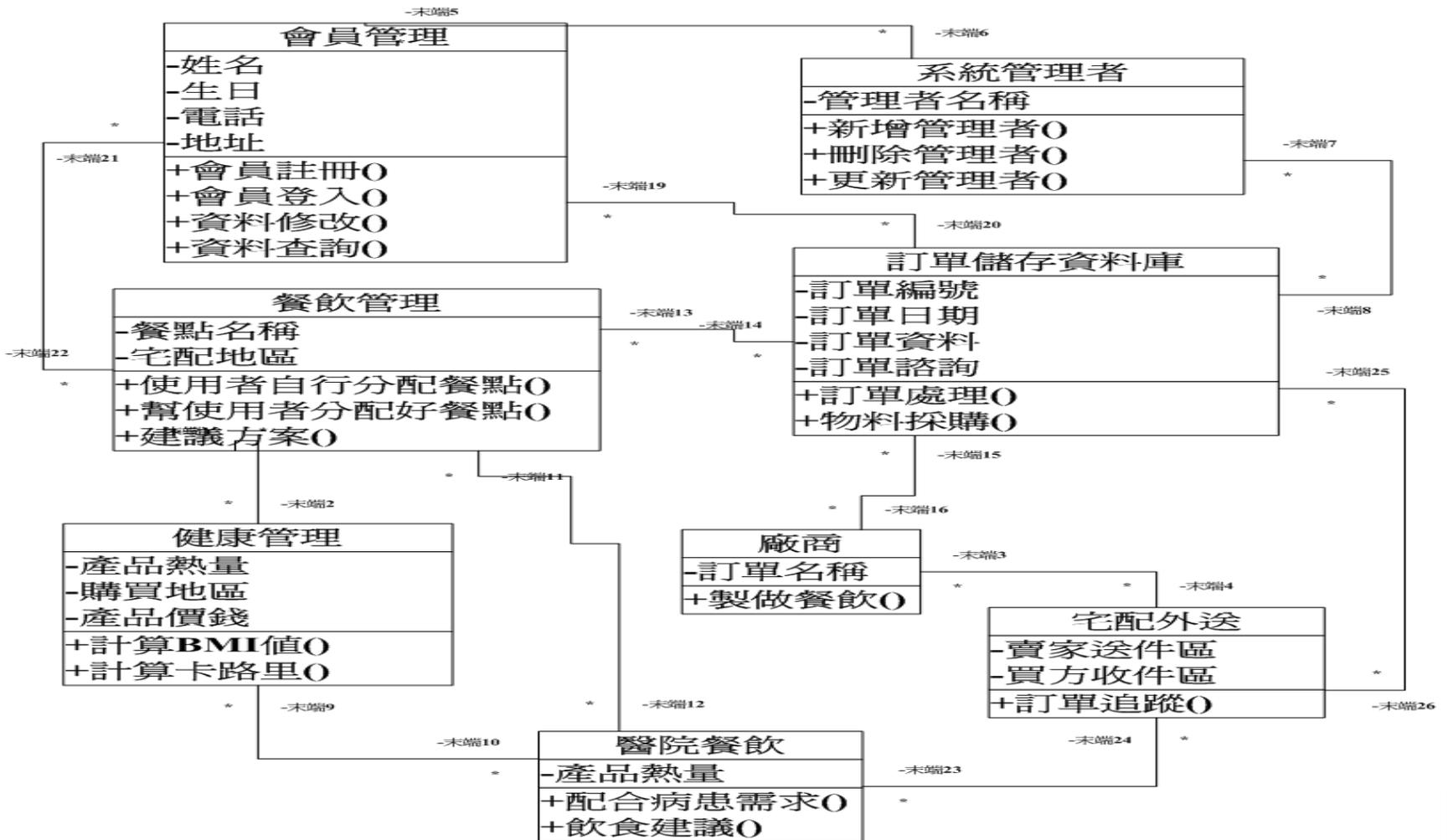
使用者案例圖



飲食健康資訊網－物件圖



飲食健康資訊網－類別圖



人機介面表示圖-會員註冊

會員註冊

1 請告訴我們關於你的...

姓氏： 名字：

身分證字號：

性別： 男 女 手機：

身高： 體重：

生日：西元年 月 日

國家：

郵遞區號：

住址：

E-mail：

2 請選擇你的帳號和密碼...

帳號：

密碼： 安全性：

在輸入密碼：

3 忘記密碼提示...

密碼提示問題：

答案：

備用信箱：

4 訂閱電子報/RSS Feed...

營養師會員報 營養師好康報

人機介面表示圖-訂餐專區

訂單專區

(勾選1、2得人可以直接按下一步，去勾選自己所愛吃的食物)

1 全部餐點自行分配
依照個人體質去計算出每個人的攝取量，可以依照個人喜好去食物去分配自己喜歡的東西，選取的食物不可超出個人每日攝取量。

2 三餐不同的餐點去自行選擇餐點
依照個人體質計算出每個人的攝取量，再去平均攝取量讓三餐分配好大卡，再依照個人喜好去選擇食物。

3 營養餐點 — 三餐總共 大卡

早餐： 咖啡 茶 (二選一)

午餐：

晚餐：

下一步

人機介面表示圖-自行分配



自行分配 [Minimize] [Maximize] [Close]

1.自行分配 (請點選進入自己喜愛的餐點)

*一天的卡路里量 大卡

豆類	肉類	奶類	蛋類
蔬菜類	五穀類	麵包類	海鮮類
便當類	速食店	水果類	飲料類
茶餐廳	*素食*	日式餐點	蛋糕/甜品

點選過的餐點

下一步

人機介面表示圖-自行選擇三餐

自行選擇三餐

2.自行選擇三餐

早餐： 大卡

漢堡	吐司	蛋餅	沙拉/湯
麵包	飲料	乳酪餅	油炸食品

午餐： 大卡

便當類	餃子類	五穀類	水果
蔬菜類	便利商店	速食店	*素食*

晚餐： 大卡

便當類	五穀類	蔬菜類	水果
餃子類	速食店	便利商店	*素食*

下一步

人機介面表示圖-建議專區



 建議專區 □ □ ✕

勾選的飲食	建議	建議清單
-------	----	------