

脳科学知見を活用した新セルフチェック&トレーニング「Best」を開発 ～働き方改革に向けたソリューションを株式会社 NeU と協業開始～

ストレスチェックにて累計 1,000 団体以上 15 年以上の実績を持つメンタルヘルス対策のリーディングカンパニーであるウェルリンク株式会社(本社:東京都目黒区、代表取締役社長:宮下研一、以下、ウェルリンク)と、国立大学法人東北大学と株式会社日立ハイテクノロジーズのジョイントベンチャーである株式会社 NeU(本社:東京都千代田区、代表取締役:長谷川清、以下、NeU)は、働く人のストレス状態の可視化、並びに健康と活力向上のために、脳科学知見を活用したセルフチェック&トレーニングサービス「Best」を共同開発し、法人顧客を対象にサービスを開始いたします。



■協業の背景

ウェルリンクは、「人が生き生き働ける組織づくりをサポート」を企業理念とし、ストレスチェックが義務化される 10 年以上前から総合健康調査票「心とからだの健康チェック Self」を開発、販売を通して企業に「働く人々の健康でよりよい暮らし」を実現してまいりました。

一方、NeU は、組織の活力を脳科学で計測し、見える化する「脳の計測による組織の活力改善プログラム」を提供して参りました。働き方改革が注目される中、従業員のストレスコーピングやパフォーマンスアップに脳のトレーニングを活用する新たな取り組みもご好評いただいています。

このような状況下、ウェルリンクと NeU は、働く人の状態を認知し、より働きやすい環境・状態にすることが両社の目指すところであり、脳科学知見をセルフチェックに取り入れることによって、よりよいサービスの開発・提供ができるのではないかと考え、協業を開始することになりました。

社会は人、つまり脳の集合体であり、一人ひとりの脳を元気にすることで、組織全体の活力もアップすると考えます。脳科学を活用した本サービスで、働く人によりよいコンディションで、よりよいパフォーマンスを出せるよう貢献し、働き方の改革につなげて参ります。

■ソリューションの概要

脳科学知見に基づくセルフチェック&トレーニングサービス「Best」は、2つのセクションから構成されます。

まず、セルフチェックでは、通常行われている年 1 回のストレスチェックの合間を補い、日々の状態を直感的に捉えるためのものとなっています。言語化せずにビジュアル的に回答いただくことで、現在の状態を可視化し、個人の状態に適したトレーニングを提供することでセルフチェック&セルフケアを実現します。直感的なセルフチェックと簡単な脳のトレーニングに加え、本格的な脳のトレーニングや企業分析等、会社のパフォーマンスを全体でよくしていくプログラムを用意しています。

企業の現場では、出社していても何らかの不調で本来のパフォーマンスが発揮されない状態である「プレゼンティーズム」(presenteeism)への関心も高まってきています。本ソリューションにより、自身の日々の状態をチェックすることで気づきを与え、状態にあった働き方をしてもらうことで、限られた時間でも生産性を上げられるような効果が期待されます。

ストレスに関する質問は、その程度や内容について言語にて端的に表すことが通常は難しく、多くの質問に回答いただくことが一般的になっています。しかし、日々何度も多くの質問紙へ回答を行うと、その信憑性が落ちてくることが考えられます。そこで、日々のセルフチェックは短時間で手間なくできる仕組みが有効だと考え、言語に頼らず直感的に、ビジュアルでインプットする方法を開発しました。

チェックの方法は、ストレスからくる体の不調な部位を選択していただき、心は今の状態をスケール入力していただきます。時間をかけず20秒程で毎日できることを意識したインターフェースを開発しました。



セルフトレーニングでは、スマートフォンにてできる簡単な脳トレーニングを日々のトレーニングとして準備いたしました。1分程度でできるので、脳のリフレッシュ、ウォーミングアップになります。更に、オフィスでの据え置き型として、近赤外光を使い日常的な環境でも計測が可能である光トポグラフィ(NIRS)技術を活用した簡易脳活動測定器を用いた本格的な脳トレーニングを準備いたしました。

本格的な脳トレーニングでは、5分程度でできるニューロフィードバック/バイオフィードバックによるストレススコピングによるストレス低減トレーニング、ならびに、記憶力、認知機能向上等を目的とした脳のトレーニングからなり、ケアという側面だけでなく個人のパフォーマンスアップを、そして最終的には企業の生産性の改善・向上につながることを目指したものとなっております。

簡単な脳トレーニングも本格的な脳トレーニングのいずれも、NeU 取締役 CTO 兼東北大学加齢医学研究所 川島隆太教授の長年に渡る脳科学研究の知見を基にコンテンツ開発された脳のトレーニングアプリケーションとなっております。

なお、新サービス「Best」のご提供は、2018年10月開始を予定しており、チェック並びに簡単脳トレーニングのパッケージで、50名規模、トライアル実施期間90日にて2019年3月末までのキャンペーン価格3万円～を予定しております。本格的な脳のトレーニングは、人数および契約期間により個別お見積りいたします。

ウェルリンクとNeUは、今後も働き方改革の推進のために、新たなソリューションを提供して参ります。

■サービス名 **Best** - ベスト -

パフォーマンス **Best Performance** が出せるように コンディション **Best Condition** で働く をサポート

Brain Engaged Self-check & Training

<ウェルリンク株式会社について>

会社名: ウェルリンク株式会社
所在地: 東京都目黒区五本木1丁目33番13号
代表者: 代表取締役社長 宮下研一
資本金: 2億7,365万円
事業内容: メンタルヘルス対策支援事業、個人向けセルフケア支援事業、健康関連コンテンツ事業
URL: <https://wellink.co.jp/>

<株式会社NeUについて>

会社名: 株式会社NeU(ニュー)
所在地: 東京都千代田区神田司町2-2 新倉ビル
代表者: 代表取締役CEO 長谷川 清
資本金: 3億5,900万円
事業内容: 脳科学の産業応用事業
URL: <http://neu-brains.co.jp/>