

マインドメーター

株式会社トータルブレインケア

<https://tbcare.co>

ゲームで認知機能とストレスを可視化。日常使いで日々の不調の気づきを促し、セルフケアで仕事継続を支援します。

提供可能エリア(可能エリアが青塗)				サービスの概要・特徴	
北海道	東北	関東	甲信越	<p>マインドメーターは、既存の認知機能評価サービス「CogEvo」をメンタルヘルスケアに特化させた新サービスです。約3分の簡単なゲームで認知機能を客観的に定量評価できる特長はそのままに、東京大学DMH講座との共同研究により、メンタルヘルス、ワークエンゲージメント、生産性に関連する認知機能を見出しました。</p> <p>最大の強みは、ゲーム感覚で楽しく継続できる点です。多忙な就労層でも手軽に利用でき、個人のセルフチェックによるメンタルケアを促進します。企業にとっては、法的なストレスチェックを補完し、より包括的なメンタルヘルス対策に寄与します。</p> <p>職域のメンタルヘルス課題に対し、手軽で継続的なセルフチェックと、エビデンスに基づいた認知機能評価を提供します。これにより、従業員のメンタル不調の早期発見とリテラシー向上を促し、ストレスチェックの結果と合わせて職場環境の改善を促進し、退職者の減少に貢献できると期待されます。</p> <p>本サービスは、健康アプリベンダーなどを通じたBtoB展開を想定しています（API連携）。これにより、幅広い企業や組織に価値を届けます。</p>	
北陸	東海	近畿	中国		
四国	九州	沖縄	海外		
提供可能法人規模 (◎：実績あり、○：提供可)				<p>導入企業の評価</p>	
50人未満	1,000人未満	10,000人未満	10,000人以上		
—	—	—	—		
サービスの目的・期待される効果					
【凡例】◎：実証評価>●：理論的裏付け>○：ユーザー評価					
基盤整備	法制度対応		—		
	制度・施策体系の整理		—		
	人事・産業保健業務の効率化・負担減		—		
	組織状況の把握		—		
取組の普及・浸透	サーベイ受検率向上		—		
	相談窓口の利用率・認知率向上		—		
	プログラムへの参加率・利用率向上		—		
	不調の早期発見・対応		◎		
	ヘルスリテラシー・意識向上		◎		
	仕事のストレス要因低減		—		
	心理的安全性・上司のサポート力向上		—		
心の健康・業務パフォーマンス	周囲のサポート力向上		—		
	生活習慣の改善		—		
	健康状態・心理指標改善		—		
	アブゼンティーズム改善		—		
	プレゼンティーズム改善		—		
	ワーク・エンゲージメント向上		—		
	従業員エンゲージメント向上		—		
	労務指標改善（離職率、残業時間等）		—		

マインドメーター

株式会社トータルブレインケア

<https://tbcare.co>

理論的裏付け

採用している理論の概要

CogEvoが提供する14種類のタスク（ゲーム）で測定される5つの認知機能（記憶力・見当識・注意力・計画力・空間認識力）のうち、視覚探索（注意力）、ルート99（計画力）、視点（空間認識力）の3つの要素が、3つのアウトカム（①メンタルヘルス [職業性ストレス簡易調査票23項目版から抑うつ、不安、疲労、睡眠の合計得点]、②仕事の効率[仕事の効率を0-10点で自己評価してもらったもの]、③ワーク・エンゲイジメント[新職業性ストレス簡易調査票の2項目の合計得点]）に関係することを見いだした。

CogEvoで測定されるこれらの認知機能は、従業員のメンタルヘルスや仕事の効率を支える脳機能の一部を反映していることが推測される。

これらの認知機能をセルフチェックすること、あるいはトレーニングにより向上させることで、従業員のメンタルヘルス・仕事の効率を高められる可能性がある。

実証評価

学術介入の有無	学術研究機関等による科学的な効果検証		学術研究期間等が介在しない独自の効果検証		
エビデンスの水準	ランダム化比較試験	非ランダム化比較試験	単純前後比較などの準実験的研究	コホート研究	横断研究または症例対照研究

実証評価の結果概要

この共同研究は、当社が高齢者向けに提供しているトータルブレインケアのツール『脳体カトレーナー-CogEvo（コグエボ）』を活用し、職場におけるメンタルヘルス状態の“見える化”と、その社会実装を目指す取り組みです。

実証実験には、株式会社日本旅行の社員約2,000名にご協力いただき、CogEvoを用いて得られたデジタルデータと、従業員のメンタルヘルスおよび仕事の効率との関連性を分析しました。その結果、上記のような有意な知見が得られました。