本ペーパーの掲載情報は、ウェルココWebサイト掲載情報と一部内容が異なる場合があります。

マインドメーター

株式会社トータルブレインケア

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。

https://tbcare.co/service/m-poc/

サービス分類・提供内容（選択式）		
体制・業務構築支援	産業保健体制構築支援	
	健康経営推進支援	
	ストレスチェック制度対応支援	
	ハラスメント対策支援	
	過重労働対策支援	
	復職支援に係る体制・業務構築支援	
	人事・労務向けアドバイザリー	
調査・分析支援（人的支援）		
現状把握・分析システム	ストレスチェックシステム	
	パルスサーベイ・従業員意識調査	○
	健康・労務データ統合分析システム	
組織づくり・職場環境改善	組織開発コンサルティング	
	管理職向け研修	
	従業員向け研修	
管理職向け個別支援		
従業員支援	相談窓口・カウンセリング	
	セルフケア研修	
	セルフケア支援アプリ	
	復職支援	

サービス概要・特徴（500文字以内）

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。

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。

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、休職者の減少に貢献できると期待されます。

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。

期待される効果		根拠の詳細		
【凡例*】◎:実証評価>○:導入企業の評価>●:理論的裏付け		導入企業の評価	理論的裏付け	実証評価
基盤整備	1. 法制度対応			–
	2. 制度・施策体系の整理			–
	3. 人事・産業保健業務の効率化・負担減			–
	4. 組織状況の把握			–
取組の普及・浸透	5. サーベイ受検率向上			
	6. 相談窓口の利用率・認知率向上			
	7. プログラムへの参加率・利用率向上			
	8. 不調の早期発見・対応		●	◎
	9. ヘルスリテラシー・意識向上		●	◎
	10. 仕事のストレス要因低減			
	11. 心理的安全性・上司のサポート力向上			
	12. 周囲のサポート力向上			
心の健康・業務パフォーマンス	13. 生活習慣の改善			
	14. 健康状態・心理指標改善			
	15. アブセンティーイズム改善			
	16. プレゼンティーイズム改善			
	17. ワーク・エンゲイジメント向上			
	18. 従業員エンゲージメント向上			
	19. 労務指標改善（離職率、残業時間等）			

*ウェルココ上で掲載される際に複数の根拠がある場合は、凡例の優先順で表示されます。

導入企業の評価（500字以内）

理論的裏付け（500字以内）

【採用理論と提唱者】
「認知機能評価システムCogEvoで測定された認知機能と、メンタルヘルス・ワークエンゲージメント・生産性の一部との関連性に関する評価理論」を採用しています。当社と東京大学デジタルメンタルヘルス講座の共同研究から提唱されました。

【理論と期待される効果の関連性】
同研究で、特定の認知機能（視覚探索・ルート99・視点切替）とメンタルヘルスや生産性等との間に有意な関連が確認されました。この理論に基づき認知機能を測定することで、メンタル不調リスクの早期発見やヘルスリテラシー向上につながる事ができます。

【サービスへの活用方法】
本サービス「マインドメーター」は上記理論を活かし、約3分の簡単なゲームで対象の認知機能を客観的・定量的に可視化します。ゲーム感覚で手軽に継続できるため従業員の自発的なセルフチェックを促し、ヘルスリテラシーの向上を実現します。年1回の法定ストレスチェックを補完する一次予防ツールとして日常的な状態把握を可能にし、客観データに基づく職場環境改善のPDCAを迅速に回すことで、メンタル不調者や休職者の減少に貢献します。

実証評価

学術介入の有無	エビデンスの水準
学術研究機関等による科学的な効果検証	コホート研究（観察研究）

（学術介入有りの場合）氏名・所属・専門、掲載文献・発表した学会・演目名（500字以内）

・共同研究者
東京大学デジタルメンタルヘルス講座

・発表した学会
名称：第32回日本西行衛星保健学会
演題名：「従業員の精神健康と仕事のパフォーマンスに関連する認知機能の探索」
演者：株式会社トータルブレインケア　代表取締役社長　河越眞介

実証評価の結果概要（500字以内）

研究参加者は約6ヶ月の研究期間中に、それぞれ任意のタイミングで複数回、CogEvoを実施し同時に自己記入式調査票に回答した。収集されたデータおよびCogEvoで評価した認知機能のち一部の指標と生産性、ワークエンゲイジメント、メンタルヘルスとの間に有意な相関が見られた。個人および測定時点を考慮したマルチレベル分析でも、これらの認知機能と各アウトカムとの間に有意な関係が示された。研究結果から、認知機能から各アウトカムを予測するアルゴリズムを構築した。今回導き出したアルゴリズムを使用することで、CogEvoによる評価を継続実施することで労働者の生産性・ワークエンゲイジメント・メンタルヘルスを支える脳機能の状況（「脳体力」）を客観的に評価して個人にフィードバックすることが可能となり、日々の気づき・行動を促してこれらのアウトカムの改善につなげることができると期待される。

マインドメーター　株式会社トータルブレインケア

様式4 理論的裏付け

該当する効果		
基盤整備	1．法制度対応	
	2．制度・施策体系の整理	
	3．人事・産業保健業務の効率化・負担減	
	4．組織状況の把握	
取組の普及・浸透	5．サーベイ受検率向上	
	6．相談窓口の利用率・認知率向上	
	7．プログラムへの参加率・利用率向上	
	8．不調の早期発見・対応	○
	9．ヘルスリテラシー・意識向上	○
	10．仕事のストレス要因低減	
	11．心理的安全性・上司のサポート力向上	
	12．周囲のサポート力向上	
心の健康・業務パフォーマンス	13．生活習慣の改善	
	14．健康状態・心理指標改善	
	15．アブセンティーイズム改善	
	16．プレゼンティーイズム改善	
	17．ワーク・エンゲイジメント向上	
	18．従業員エンゲージメント向上	
	19．労務指標改善（離職率、残業時間等）	

採用する理論的枠組みの概要　※「該当する効果」との対応がわかるよう（　）内に効果のNoを付記する

◇理論的枠組みの名称：認知機能評価システムCogEvo(TM)で測定された認知機能と、メンタルヘルス、ワークエンゲージメント、生産性の一部と関連性に関する評価理論
◇提唱者：株式会社トータルブレインケアと東京大学デジタルメンタルヘルス講座との共同研究結果から提唱

◇サービス概要
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（８）（９）。
最大の強みは、ゲーム感覚で楽しく継続できる点です（９）。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。
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、休職者の減少に貢献できると期待されます（８）（９）。
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。他サービスとの組合せにより、幅広い企業や組織にマインドメーターの価値を届けられると考えています。

理論的枠組みの活用方法

東京大学デジタルメンタルヘルス講座との共同研究により、認知機能（視覚探索・ルート99・視点）とメンタルヘルス、ワークエンゲージメント、生産性には有意な関連があることが明らかになりました。
この成果を基に、当社では約3分間の簡単なゲームで、これらの認知機能を客観的かつ定量的に可視化できる仕組みを開発しています。この仕組みにより、従業員はゲーム感覚で楽しく継続的にセルフチェックを行い、メンタル不調の早期発見やヘルスリテラシー向上につなげることができます。

企業・団体にとっては、年1回のストレスチェックを最大限に活用しつつ、 高ストレス状態やメンタル不調に陥る前の早期気づきを促す一次予防ツールとして活用でき、法定ストレスチェックを補完し、客観データに基づく職場環境改善のPDCAを迅速に回すことで、メンタル不調者や休職者の減少に貢献できると考えています。

以上が、当社単独での活用方法イメージとなりますが、さらに他サービスとの連携により、企業における新たな価値創造も可能と考えています。
例えば：
○ エンゲージメントデータとの連携
○ 健康診断データとの連携
○ 勤怠情報との連携
○ EAPサービスとの連携　など
これら各領域の専門知とデータとを組み合わせることで、企業側の運用変更に伴う導入ハードルやコストを抑えつつ、シームレスで部分最適にも対応可能なサービス構築が実現できると考えています。

マインドメーター | **株式会社トータルブレインケア**

様式5 実証評価

実証デザイン	介入・観察対象	日本旅行の社員4000名のうち、CogEvoを実施し自己記入式調査票に回答した約2000人（一部指標についてはうち73人）
	介入・要因	CogEvoによる認知機能評価
	比較対象	なし（相関分析）
	アウトカム	自己記入式調査票により測定された以下のアウトカム指標 ・生産性(WHO健康と仕事のパフォーマンス調査票から1問) ・ワーク・エンゲイジメント(新職業性ストレス簡易調査票) ・メンタルヘルス（職業性ストレス簡易調査票23項目版から疲労、抑うつ、不安、不眠の得点を合計）
	エビデンスの水準	コホート研究（観察研究）
学術介入	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
	（学術介入有りの場合） 氏名・所属・専門、掲載文献・発表した学会・演目名	・共同研究者 東京大学デジタルメンタルヘルス講座 ・発表した学会 名称：第32回日本西行衛星保健学会 演題名：「従業員の精神健康と仕事のパフォーマンスに関連する認知機能の探索」 演者：株式会社トータルブレインケア　代表取締役社長　河越眞介

該当する効果		
取組の普及・浸透	5. サーベイ受検率向上	
	6. 相談窓口の利用率・認知率向上	
	7. プログラムへの参加率・利用率向上	
	8. 不調の早期発見・対応	○
	9. ヘルスリテラシー・意識向上	○
	10. 仕事のストレス要因低減	
	11. 心理的安全性・上司のサポート力向上	
	12. 周囲のサポート力向上	
心の健康・業務パフォーマンス	13. 生活習慣の改善	
	14. 健康状態・心理指標改善	
	15. アブセンティーイズム改善	
	16. プレゼンティーイズム改善	
	17. ワーク・エンゲイジメント向上	
	18. 従業員エンゲージメント向上	
	19. 労務指標改善（離職率、残業時間等）	

実証結果

研究参加者は約6ヶ月の研究期間中に、それぞれ任意のタイミングで複数回、CogEvoを実施し同時に自己記入式調査票に回答した。収集されたデータにおいてCogEvoで評価した認知機能のち一部の指標と生産性、ワークエンゲイジメント、メンタルヘルスとの間に有意な相関が見られた。個人および測定時点を考慮したマルチレベル分析でも、これらの認知機能と各アウトカムとの間に有意な関係が示された。研究結果から、認知機能から各アウトカムを予測するアルゴリズムを構築した。今回導き出したアルゴリズムを使用することで、CogEvoによる評価を継続実施することで労働者の生産性・ワークエンゲイジメント・メンタルヘルスを支える脳機能の状況（「脳体力」）を客観的に評価して個人にフィードバックすることが可能となり、日々の気づき・行動を促してこれらのアウトカムの改善につなげることができると期待される。