

マインドスケール

株式会社Yume Cloud Japan

<https://www.mindscale.jp/>

マインドスケールは約30秒の測定で朗読から客観的メンタル状態の分析と改善アドバイスします

提供可能エリア(可能エリアが青塗)

北海道	東北	関東	甲信越
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)

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	◎
周囲のサポート力向上	◎	
心の健康・業務パフォーマンス	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)	—	

サービスの概要・特徴

Onlineでのメンタル状態の科学的分析と改善支援サポートを提供しています。スマホから簡単な朗読と質問に回答する事で、約30秒で脳覚醒度と自律神経バランスなどの生体データによる客観的分析を行います。自己申告式のストレスチェックだけでは判らない生体コンディションと自覚のギャップを把握し、メンタル不調の早期発見と対処法に関するアドバイスを行います。専属の臨床心理士などによるカウンセリング、Eラーニング、セミナーなどの対処法を提供が可能で、ストレスチェックからフォローアップをオールインワンで行う事で人事部の方の負担を減らします。山形大学の工学部、医学部、心理学部、東北大学加齢研究所、福井医療大学などとの共同研究、また、高精度脈波測定機を利用した取得した脈波データと脳覚醒データなど30万データのエビデンスに基づく研究開発を行っており、信頼度の高いサービスの提供が特徴です。大手企業、自治体、アスリートチームなどでご利用頂いており、改善効果の実績が多数あります。アプリのダウンロードを必要なく、ブラウザから測定が可能のため、アプリのダウンロードを禁じている企業様にもご利用いただけます。

導入企業の評価

導入企業A) 2000名のIT系グローバル企業が2021年より4年間継続してストレスチェックと一緒に利用頂いています。同社の産業医とはストレスチェックからマインドスケールによるフォローアップまでのフローを作成しています。同社はマインドスケールの導入開始当時リモート勤務率が高く、メンタル不調者の増加が課題となっていました。特に例年11月下旬からクリスマス前までストレスが大きく、それらの従業員の状態をモニターしカウンセラーより積極的なストレス対処アドバイスを行なっています。導入企業B)約500名のIT企業の人事関連サービス企業にてマインドスケール全社導入(433人9ヶ月間。平均利用率64%)頂き、利用結果として、高ストレス者と予備軍 合計35% → 31%に減少(17名が改善)しました。改善のための施策として、以下のことを実施頂きました。・測定時にストレス要因記入。組織長に分析結果配布し、役員から改善指示。・高ストレス傾向者にカウンセリング推奨アラートと実施ストレスマネジメント等の研修実施・各種セルフケアプログラム、Eラーニング実施・組織別利用頻度を報告し、利用率維持

マインドスケール

株式会社Yume Cloud Japan

<https://www.mindscale.jp/>

理論的裏付け

採用している理論の概要

ストレスによって影響を受けやすいとされる交感神経と副交感神経の自律神経に関するデータ10万件を蓄積。また、同じく睡眠やストレスに影響されるとされる脳活性度のデータと、そしてストレスチェックなどでも使用される身体愁訴などの自覚データ、各10万件を組合せてストレス度合いをプロットする事によりストレス状態を可視化します。この独自のストレス指標値（MS値）は、東北大学での検証などによる一般に使われているストレス指標とも有意に相関していることが立証されています。

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

文科省の調査事業において、東北大学加齢脳科学研究所がマインドスケールの信頼性に関する評価を行い抑うつ状態（CES-Dうつ病自己評価尺度との対比）、気分・感情（POMS 2 などの対比）において統計的に有意に相関している旨を立証。