

2020年2月6日
凸版印刷株式会社**凸版印刷、米国発の瞑想ポッドでパフォーマンス向上**

瞑想ポッドとセンシングによる効果測定を連携し、
生産性を高めるパフォーマンス向上ソリューションの提供を開始、
働き方改革を目的に東急不動産 HD の新本社における実験で有効性を実証

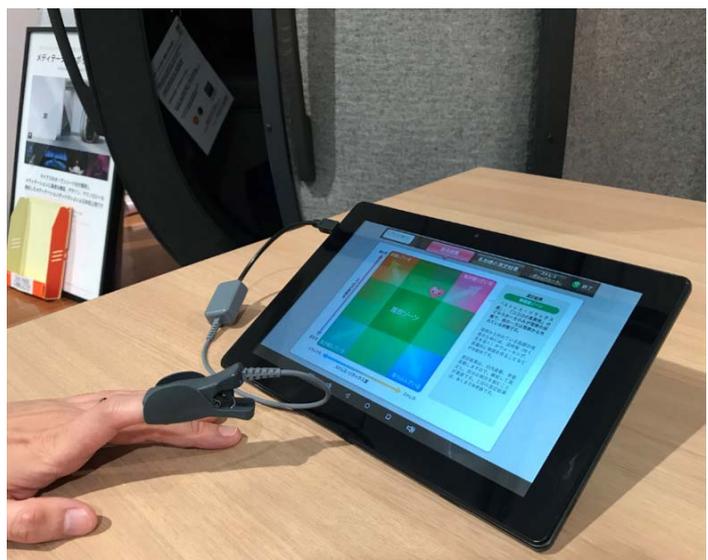
凸版印刷株式会社(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:磨 秀晴、以下 凸版印刷)は、映像や匂いなどを活用した最適な環境の提供と心拍や脳波などのセンシングによる効果測定を連携し、人の生産性の向上に寄与するパフォーマンス向上ソリューションを提供しています。

このたび、本ソリューションの新たなラインナップとして、瞑想ポッドとセンシングによる効果測定を連携させたパフォーマンス向上ソリューション(以下、本ソリューション)の提供を2020年2月6日より開始します。

本ソリューションは、ラッセル・マインドフルネス・エンターテインメント・ジャパン株式会社(本社:東京都渋谷区、代表取締役 CEO:大西 茂久、以下 ラッセル社)が提供する米国発の瞑想ポッド「OpenSeed」と凸版印刷が持つセンシングソリューションを連携させたものです。瞑想ポッドはドーム状の独立した構造で、オフィスに新たな施工が必要なく導入が可能。リラックスや集中など目的に応じたコンテンツに連動した音や照明の演出で、本格的な瞑想空間を実現します。加えて、センシングによる心拍測定を連携させ、効果の可視化を実現しました。

自身の働き方や環境に気づきを与え、改善するサイクルを創出することで生産性を高めるなどパフォーマンスの向上を促し、企業の働き方改革の実現に貢献します。

なお、提供開始に先立ち、東急不動産ホールディングス株式会社(本社:東京都渋谷区、代表取締役社長:大隈 郁仁、以下 東急不動産 HD)本社(渋谷ソラスト内)にて、2019年11月上旬から約2週間、社員の働き方改革の可視化を目的とした実証実験を実施。心拍測定とアンケートの実施で被験者のリラックス効果や疲労度の減少などが確認され、有効性が実証されました。



パフォーマンス向上ソリューション

左:瞑想ポッド「OpenSeed」© OpenSeed LLC.

右:センシングによる効果測定の例、測定機器はWIN フロンティア株式会社の「Lifescore Quick」© Toppan Printing Co., Ltd.

■ 開発の背景

企業における働き方改革や健康経営の機運を受け、従業員のストレスなどに対するメンタルケアの取り組みが活発化しています。マインドフルネス(※1)は精神状態を整え、仕事の生産性向上に繋げることを目的に注目領域となっており、手法の一つである瞑想は人気が高まっています。しかし、企業での導入においては、瞑想に最適な環境の整備や効果の可視化が難しいことが課題となっています。

凸版印刷は、これまで高品質 4K 映像を活用しストレスケアを促進する「Natural Window(ナチュラルウインドウ(※2))」やシーンに応じて複数の香りを瞬時に切り替え可能な装置「アロマシューター(※3)」を活用した映像・音・香りによる空間演出などで企業の働き方改革や健康経営に寄与するソリューションを提供してきました。これらに脳波や心拍などの生理指標を測定するセンシングソリューションを連携させたパフォーマンス向上ソリューションを提供しています。

このたび、新たなラインナップとして、ラッセル社が提供する瞑想ポッド「OpenSeed」を活用したソリューションの提供を開始。オフィスでの瞑想空間の実現と効果の可視化により、従業員の働き方改革の推進に貢献します。

■ 瞑想ポッド「Open Seed」を活用したパフォーマンス向上ソリューションの特長

・センシングにより効果の可視化を実現、パフォーマンス向上に寄与するサイクルを創出

凸版印刷が持つセンシングソリューションにより、心拍測定などによる効果測定を実施します。これにより、瞑想ポッド体験後の効果を定量的に把握し、可視化を実現。自身の状態に気づきを与え、改善するサイクルを創出することで、従業員の生産性向上に寄与します。

・移動・設置が可能なため、オフィスなどで本格的な瞑想空間を実現

独立型で移動・設置が可能な構造のため、働き方改革を推進するオフィスなどに新たな施工をすることなく導入ができ本格的な瞑想空間を提供します。

・目的に応じたガイドコンテンツと連動した演出による瞑想体験

集中、リラックス、バランスなど目的に合わせてコンテンツを選択すると、最適なガイダンスや連動した照明・音響などを用いた瞑想空間を提供します。

■ 東急不動産 HD における実証実験の概要と結果

期間	約 2 週間(2019 年 11 月 5 日～11 月 18 日)
場所	東急不動産 HD 本社(渋谷ソラスト内)
被験者数	約 30 名(東急不動産 HD 社員)
目的	本ソリューション活用による従業員の心の健康状態(自律神経)可視化と効果検証
詳細	被験者を瞑想ポッド活用(A)、ポッド外で瞑想(B)、瞑想なし(C)の 3 群で実施。 ① 自律神経を計測機器により指先から測定。 ② (A)、(B)、(C)それぞれの環境下で 15 分過ごす。 ③ ②の後、自律神経を計測機器により指先から測定。 ※被験者は原則週 4 日以上、定刻に、上記①～③の内容を行った。 ※加えて、実証期間の中間と最終日に被験者アンケートを実施した。
結果	(A)、(B)、(C)における測定値とアンケート結果の比較。 ・(A)においてのみ瞑想後に副交感神経が優位となりリラックス値が向上。 ・(A)においてのみ瞑想後にトータルパワー(※4)値が向上し、疲労度が減少。 ・(A)において「不安・焦り・疲れの減少」のアンケート回答の比率が他群と比較して最も高い。

■ 価格

・瞑想ポッド本体費用:430 万円(輸送・設置費用は除く)

・センシング費用:150 万円～

※瞑想ポッドはレンタルも可能

※センシングによる効果測定は、導入先の要望に合わせてソリューションを選定

■ 今後の目標

凸版印刷は、本ソリューションの拡販を進め、2020 年度に 30 台の導入を目指します。

また今後も、脳波や心拍などの生理指標のセンシングと瞑想ポッド「OpenSeed」をはじめとした生産性向上に最適な環境を連携させたパフォーマンス向上ソリューションを推進し、企業の働き方改革や健康経営に貢献。2025 年度までに関連受注含めて、累計 10 億円の売上を目指します。

※1 マインドフルネス

今の気持ちや身体状況に意識を向け、評価をせずあるがまま受け入れる習慣を身に付けることで、瞑想などの訓練を通じて発達させることができる。

※2 Natural Window

高品質 4K 映像コンテンツを活用し、窓を設置できない閉鎖的な空間でも窓からの眺めを体感することができ、従業員のストレスケア対策などに活用できる。2017 年 3 月より提供。

※3 アロマシューター

アロマシューターを活用し映像や音声、各種センサーなどと連動して香りを瞬時に切り替える空間演出ソリューションを 2017 年 7 月より提供。

※4 トータルパワー

交感神経、副交感神経の値を合わせた、自律神経の総活動量

* 本ニュースリリースに記載された商品・サービス名は各社の商標または登録商標です。

* 本ニュースリリースに記載された内容は発表日現在のものです。その後予告なしに変更されることがあります。

以 上