

2022年3月22日

報道関係各位

フォーネスライフ株式会社

NECソリューションイノベータ株式会社

デジタルヘルスケアサービス「フォーネスビジュアス」

専用アプリにセルフストレス対処を支援する新機能

「こころコンディショナー plus」を新たに追加

～AIチャットボットを活用し不安や悩みのセルフケアをサポート～

今の血液で将来の疾病の発症確率を予測する検査サービス(注1)を、医療機関を通して提供するフォーネスライフ株式会社(以下、フォーネスライフ)とNECソリューションイノベータ株式会社(以下、NECソリューションイノベータ)は、デジタルヘルスケアサービス「フォーネスビジュアス(FonesVisuas)」の専用アプリに、チャット形式でストレスを対処する新機能「こころコンディショナー plus」を追加し、本日より提供を開始します。

「こころコンディショナー plus」は、「フォーネスビジュアス」のスマートフォン向け専用アプリ「生活習慣フォロー・改善アプリ」(注2)のメニューの1つです。これまで本アプリで運動、睡眠、食事のコンテンツを提供していましたが、今回「メンタルヘルスケア」のコンテンツを追加します。「こころコンディショナー plus」は、現在無料で公開している「こころコンディショナー」(注3)のチャット機能に加えて、過去の振り返り機能やストレスケア、ウェルビーイングについて学べるコンテンツを提供し、より効果的なセルフケアをサポートします。

「こころコンディショナー」は、日々の生活でストレスを感じている方やストレスマネジメントに関心がある方など、一般の方々に利用されています。アンケートに回答した利用者の7割弱が「気持ちが楽になった」「やや楽になった」、8割が「今後も利用したい」と回答するなどの高い評価を得ています(注4)。「こころコンディショナー」は2020年12月より東京都福祉保健局ホームページに掲載されており、日本医療研究開発機構(AMED)の「COVID-19等

による社会変動下に即した応急的遠隔対応型メンタルヘルスケアの基盤システム構築と実用化促進にむけた効果検証」(注 5)内でも「こころコンディショナー」の技術が活用されています。

【背景】

現代社会は、科学技術が発展し経済的にも豊かになったことで、より便利で快適な生活が送れる一方で、「ストレス社会」ともいわれています。人間関係や仕事などの社会的なストレスに加え、長期化する新型コロナウイルス感染症拡大の中で、以前よりもストレスを抱える人が増えていることから、それに対処する必要性が高まっています。

そこで、フォーネスライフおよび NEC ソリューションイノベータは、一人ひとりが抱えているストレスの原因や問題を洗い出し、考え方や気持ちを整えるチャット形式の新機能「こころコンディショナー plus」を「フォーネスピジュアス」の専用アプリに追加します。

【「こころコンディショナー plus」の特長】

1. AI チャットボットとの対話で気持ちを整理

以下の 2 種類から選択し、AI チャットボットと対話することで、自分の考えのくせに気づき、柔軟で現実的な考え(適応的思考)につなげる練習を行うことができます。本 AI チャットボットは、ストレス対処のための認知行動変容アプローチ(注 6)を活用しており、やり取りされる内容や提供される情報は、認知行動療法の第一人者である大野 裕医師が監修しています。また、本 AI チャットボットは大学をはじめとする研究機関でも利用され、隨時、新たな技術と情報に更新されています。

(1) 困っていることについて話したい(考えに目を向けて気持ちを整える)

困っていることを自由に記入し、AI チャットボットからその時にどう考えたのか、どんな気持ちになったのかなどが問いかかけられ、それらに答えていくことで自分のものの見方が極端になっていないか見直します。「認知再構成法」の面談モデルがベースになっており、自分をつらくしている気持ちを軽くしていくきっかけを作ります。

(2) モヤモヤした気持ちをはきだしたい(言いたいことを好きなだけ書く)

考え方や気持ちを言語化してストレスに対処する方法の一つである「筆記開示」がベースになっています。AI チャットボットが悩みや不安を自由に書き出せるよう促し、考えをまとめていく過程をサポートします。



チャット



こころコンディショナー

佐藤さん、ここはあなたが自分の考え方や気持ちを振り返ってこころを整える場所です。



こころコンディショナー

ここでの話は他に伝わることはありませんので、安心してご利用ください。



こころコンディショナー

最初に、どんなことを話したいか教えてもらえますか？

どちらかを選んでください。

困っていることについて話したい
(考えに目を向けて気持ちを整える)

モヤモヤした気持ちをはきだしたい
(言いたいことを好きなだけ書く)

AI チャットボットの対話画面イメージ

2. 振り返りとコラムの活用で適応的思考を習得

AI チャットボットとのやり取りを時系列で記録し、その時の考え方や、自分で引き出した工夫につながる新しい考えを、日記のように振り返ることができます。これにより、自分の考え方のくせをより客観的に捉えることができ、柔軟で現実的な考え方(適応的思考)の効率的な習得を支援します。

また、専門家へのインタビュー記事や専門用語の解説を提供します。ストレスへの向き合い方やウェルビーイングに関する情報を得ることができます。



振り返り

2022/01/28 19:04:56

Chat

できごと

明日、学校で行う予定のスピーチのことを
考えると緊張する

新しい考え方

同じ場面を想定して練習しているのだから
きっと大丈夫だ

まとめを見る

チャット詳細

2022/01/28 19:01:55

Chat

できごと

今日、仕事で失敗した。取引先でのプレゼンがうまくいかなかつた。

新しい考え方

上手くできるようになっていることもある、成長はしている

まとめを見る

チャット詳細

対話の振り返り画面イメージ

【価格および販売目標】

「フォーネスビジュアス」企業・団体向け(サブスクリプションモデル)：

従業員 1 人あたり月額 300 円～ (注 7)

※ 「こころコンディショナー plus」を含む専用アプリの利用権も含む

「フォーネスビジュアス」一般のお客様向け：

価格は提携医療機関(注 8)ごとに異なります。

販売目標：一般のお客様向け、企業・団体向け合わせて 4 年間で 300 万人の利用を目指します。

なお、「こころコンディショナー plus」は「フォーネスビジュアス」の専用アプリの新機能として本日より提供を開始しますが、今後、メンタルウェルビーイング支援ツールとして、来年度上期に単体の製品としても提供する予定です。

また、「こころコンディショナー plus」について 2022 年 3 月 30 日(水)11:00-12:00 に開催するウェビナーにて紹介します。

申込サイト：

<https://www.nec-solutioninnovators.co.jp/event/20220330.html>

フォーネスライフおよび NEC ソリューションイノベータは、本サービスを通して、“今”と“将来”的健康状態、病気にかかるリスクを分かりやすく可視化し、個々に合った改善策を提案することで、人々の健康を支えるとともに、“当たり前”に病気を予防できる未来の実現を目指していきます。

以上

(注 1)約 7,000 種類のタンパク質を一度に測定する SomaLogic 社の技術を活用した、日本で初めての検査です。心筋梗塞や脳卒中などの疾病と血中タンパク質の関係性を明らかにするため、幅広い分野の専門家の協力を得ながら、国内外の研究データを活用しています。複数

のタンパク質を総合的に評価することで、1つ1つを個別に評価するだけでは分からなかつた、“今と未来の病気や生活習慣病のリスク”を可視化し、医療機関の医師を通してご提供します。

※SomaLogic(ソマロジック)社の解析技術を活用した検査は、日本国内ではフォーネスビジュアスが初めてかつ唯一です。

※本検査は、個人が医療機関を受診することで利用いただけます。検査結果は、医療機関の医師の診療として個人に提供されます。

(注 2)アプリは、利用者の生活習慣の改善、健康意識の向上を目的としており、疾病の予防、診断、治療等を目的とするものではありません。医療機関を介さず、フォーネスライフおよびNECソリューションイノベータから提供します。

(注 3)「こころコンディショナー」を提供するこころコンディショナー製作委員会の中で、当社は製品・技術開発を担当しています。<https://www.cocoro-conditioner.jp/>

(注 4)2021/4/17~2022/2/12 の利用者アンケート結果より

(注 5)ココロボ：<https://www.kokorobo.jp/>

(注 6)「認知行動変容アプローチ」は、うつ病や不安症などの精神疾患の効果的な治療法である認知行動療法の考え方に基づいたアプローチで、家庭や職場、地域、学校など、日々の生活のなかでこころを整え、自分らしく生きていくために活用できます。

(注 7)年単位のご契約となります。従業員数や採血による検査の受診者数等により価格が変わります。利用人数に対し一定割合の従業員(「50人ごとに1人」等)において採血による検査を利用できます。採血による検査利用時に、受診医療機関に対する別途の費用が掛かる場合があります。

(注 8)提携医療機関は以下でご確認ください。

https://foneslife.com/service/diseaserisk_measurement/

※記載されている会社名および製品名は、各社の商標または登録商標です。

【参考】フォーネスライフの概要

会社名	フォーネスライフ株式会社 (FonesLife Corporation)
所在地	東京都中央区日本橋本町三丁目 8-3
代表者	代表取締役 CEO 江川 尚人

資本金	200 百万円(NEC ソリューションイノベータ 100%)
事業内容	血中タンパク質測定 健康状態の測定およびその改善に係るサービス事業 関連する情報関連サービスの提供 など
URL	https://foneslife.com/

<「フォーネスビジュアス」一般のお客様向けについて>

URL : https://foneslife.com/service/diseaserisk_measurement/

<「フォーネスビジュアス」企業・団体向け(サブスクリプションモデル)について>

URL : <https://www.nec-solutioninnovators.co.jp/sl/fonesvisuas/>

<本件に関するお客様からのお問い合わせ先>

フォーネスライフ マーケティング本部

E-Mail : contact@foneslife.com

NEC ソリューションイノベータ デジタルヘルスケア事業推進室

E-Mail : pbdh-healthcare-contact@nes.jp.nec.com

<本件に関する報道関係からのお問い合わせ先>

フォーネスライフ 広報事務局

TEL : 03-5411-0066 FAX : 03-3401-7788 E-Mail : pr@netamoto.co.jp

担当：小室（携帯：090-5537-8309） 担当：小林（携帯：080-3498-2239）

NEC コーポレートコミュニケーション本部 広報室 野本

電話 : 080-1378-6573

E-Mail : press@news.jp.nec.com

 **Orchestrating a brighter world**

NEC は、安全・安心・公平・効率という社会価値を創造し、
誰もが人間性を十分に發揮できる持続可能な社会の実現を目指します。
<https://jpn.nec.com/profile/vision/>