

# Z世代の自分らしさに寄り添うAIサービス ikigAI【東京都スタートアップコンテスト優 秀賞・小池都知事表敬訪問で贈呈】

Z世代の自己肯定感の課題に挑む、日本発AI×Wellbeingスタートアップ「ikigAI」が、Tokyo Startup Gatewayで3,317件の中から優秀賞を受賞、13カ国でβ版展開へ。

## 日本のZ世代の自己肯定感が低い社会問題に着目

日本財団の「18才意識調査」によると、日本の若者の自己肯定感の低さは最も低い水準にあるとされており、国際社会においても深刻な課題とされています。  
ikigAI代表の外所氏は、これまでに数百人のZ世代と対話を重ねる中で、日本の若者が「何者かになりたい」という理想と、「ありのままの自分でいたい」という本音の間で揺れ動き、葛藤している実態を実感しています。こうした背景を受け、ikigAIでは、Z世代を主なターゲットとし、生成AIを活用したパーソナライズ型ビジョンボードの提供を通じて、一人ひとりの自己実現を支援するサービスを展開しています。Z世代が自分らしさを見つけ、自信を持って人生を歩める社会の実現を目指しています。

## 小池都知事との対話を通じて再認識した、自己肯定感の重要性

ikigAI代表の外所氏は、東京都主催の創業コンテスト「Tokyo Startup Gateway」において優秀賞を受賞し、その代表者として東京都知事・小池百合子氏との表敬訪問の機会を得ました。

対話の中で、日本の若年層における自己肯定感の低さが、国際的にも深刻な課題として認識されていることを改めて共有する場となり、同社の事業が取り組む意義を再確認する時間となりました。

また、ikigAIが開発したAIビジョンボードを用いて、「未来の東京戦略」および小池都知事のビジョンを表現した特別仕様のビジョンボードも作成・贈呈しました。小池氏はそのビジョンボードを笑顔で受け取り、「私には若すぎるわね」とコメントされる場面もありました。

**東京大学名誉教授・各務審査委員長も評価！**

創業コンテスト「Tokyo Startup Gateway」において審査委員長を務めた、東京大学名誉教授の各務茂夫氏は、ikigAIの取り組みに対し以下のように評価しました。

「Z世代の自己肯定感という課題を起点に、私たちの世代では気づきにくい問題に対して、ビジョンボードを通じてアプローチしている点は、非常にユニークで新鮮です。実際に取り組んでみると、これは年齢の高い世代にとっても可能性があると感じました。自己肯定感を持ってない人は世代を問わず多く存在しており、社会に横たわるこの問題は、閉塞感を生み出す大きな要因のひとつです。それに真正面からチャレンジしている点が、本当に素晴らしいと思いました。」

このコメントからも、ikigAIの取り組みが世代を超えて広がる社会課題に対する新たなアプローチとして高く評価されていることがうかがえます。

## ikigAIとは？

「ikigAI」は、生成AIを活用し、Z世代を主なターゲットとして「自分らしく生きる力」を日常の中で育めるよう、完全パーソナライズ型の自己実現支援サービスを提供しています。

AIビジョンボードに加え、パーソナルコーチングやジャーナリングを組み合わせることで、自己理解から自己実現までのプロセスを、楽しく・継続的に取り組める仕組みを構築しています。

これらの機能はすべて、個人の価値観や目標に合わせて設計されており、日々の内省や行動を自然に促進するようデザインされています。

これまでの利用者からは、

- 数年間諦めていた小説家の夢に再挑戦し、文学賞の予選通過
- 生物多様性をテーマにした国際ユース会議への選抜、地域おこし協力隊へのキャリア転換を通じて自分らしい働き方を実現

など具体的な成果が多数報告されています。

## 日本発「IKIGAI」の可能性を世界へ

「IKIGAI(生きがい)」は、日本に古くから根付く価値観であり、近年では欧米諸国を中心に持続可能な幸福”のキーワードとしても注目を集めています。

ikigAIは、この日本独自の概念をベースに、生成AIを通じたパーソナルな“生きがい支援”の形を提案。すでに世界13カ国のZ世代にβ版を提供しており、文化や言語を越えて、共感と手応えを得ています。今後は、グローバルでの連携や展開をさらに加速させ、次世代が自分らしく切り拓ける世界の実現を目指してまいります。

---

・TokyoStartupGatewayのプレゼンテーション動画はこちら

[https://youtu.be/hMo\\_Q2Gi32g?si=7XryQ4ysH\\_gv5h2P](https://youtu.be/hMo_Q2Gi32g?si=7XryQ4ysH_gv5h2P)

・企業サイトはこちら

<https://ikigai96.studio.site/>

・TokyoStartupGatewayとは

<https://tsg.metro.tokyo.lg.jp/winning2024>

・東京都サイト

[https://www.metro.tokyo.lg.jp/governor/action/katsudo/2025/1/14\\_00](https://www.metro.tokyo.lg.jp/governor/action/katsudo/2025/1/14_00)