

快眠ではなく、社会的役割を降ろすために。
夜の30分で心をリセットする-風活-

なごかつ

アロマキャンドル・ジャーナリング・深呼吸の3ステップで
自分を後回しにしがちな女性に「自分のための時間」を

合同会社マイマイ企画(本社:鹿児島県熊毛郡南種子町、代表:小早 太)が展開するセルフケアブランド「NOCT(ノクト)」は、仕事・家事・育児・介護など一日のさまざまな役割に追われ、自分のための時間を持てずにいる女性に向けて、就寝前の新習慣「風活(なごかつ)」を提案します。

キャンドルを灯し、今日の「良かったこと」を書き、呼吸を整える。特別な場所へ行かなくても、ほんの30分で波立った心を-風活-の状態へ、本来の自分に戻るためのナイトルーティンです。

BACKGROUND

「自分のことは後回し」が当たり前に

仕事や家事など役割の重なりで、一日の中に“自分だけの時間”を確保できない女性が増えています。ようやく一人になった夜も、気づけばスマートフォンを眺めて終わり、かえって心が休まらない。セルフケアへの関心が高まる一方で、「スマホから離れたい」「でも何をすればいいかわからない」という声は少なくありません。

74.8%

日々の生活で「時間不足」を感じる女性※1

62.5%

スマートフォンへの依存を自覚している人※2

※1 SHE株式会社「女性のスキマ時間に関する調査」(2024年、n=123)

※2 MMD研究所「2024年スマホ依存に関する定点調査」(n=10,000)

HOW TO

組み合わせるだけで、“自分の時間”が生まれる

風活は、女性にとって馴染みのある3つの行為を順番に重ねるだけ。スマホを置く“きっかけ”と“やること”がセットになっているので、忙しい人でも迷わず始められます。

STEP 1

灯す

ゆらめく炎と天然アロマの香りを感じながら、心と体を風へ導きます。

STEP 2

書く

今日の「良かったこと」を3つ、ダイアリーに書き出して一日を締めくくります。

STEP 3

呼吸

香りに身をまかせ、誰にも邪魔されない、ありのままの自分と対話する。

ITEMS

風活アイテム

9PM CANDLE

ソイワックス/天然精油使用、25g(燃焼時間 約5時間)
W52×H34mm、日本製

9PM DIARY

風活専用ジャーナル、B6サイズ・72ページ、日本製

風活5点セット

キャンドル2個、ダイアリー1冊、キャンドルウィック
ディッパー&トリマー1セット、ガイドブック1冊
11月発売予定 8,800円・税込

UNIQUENESS

目的は「快眠」ではなく「社会的役割を終えること」

一般的なナイトルーティンの多くは“よく眠る”ことをゴールにしています。風活が目指すのは、妻・母・社員といった一日の役割をいったん降ろし、心をリセットすること。眠りのための準備ではなく、「私」に戻るための心をリセットする時間です。

一般的なナイトルーティン

目的は快眠・翌日のパフォーマンス

風活

目的は一日の役割を手放し、心を風に戻すこと

NATURAL

植物から採れた天然の香りが、心をほどく

9PM CANDLEは、植物由来のソイワックスと天然精油で仕上げ、石油由来のパラフィンや合成香料は使用していません。

STORY

種子島が教えてくれた

約20年前に大阪から種子島へ移住した代表の小早は、島の自然のリズムの中で、小早にとっての「風」を見つけた一方、仕事や家庭が忙しくなるにつれ、再びその「風」を忘れていく自分に気づきました。「特別な場所へ行かなくても、あの穏やかな時間を日常の中につくれないか」そこで生まれたのが、就寝前にキャンドルを灯して自分と向き合う習慣「風活」の原点です。

MORE

風活をもっと深く

風活Lab

専門家による風活ワークショップ。さまざまな体験を通じて風活を探索

風活Tour

風活誕生の地・種子島で風活を体験するツアーを企画



OfficialSite



LandingPage



Instagram