

## 習慣化アプリ「みんチャレ®」と脳トレゲーム「ブレワク」がコラボ！脳活・運動習慣プログラムを提供

オンラインで仲間と励まし合いながら脳トレと運動を楽しく継続

習慣化アプリ「みんチャレ」の開発、運営を手がけるエーテンラボ株式会社（本社：東京都中央区、代表取締役：長坂 剛）は、Theoria technologies株式会社（本社：東京都千代田区、代表取締役CEO：内藤 景介、以下テオリア）と共に、認知機能低下予防や健康寿命の延伸を目指し、誰もが気軽に脳と身体の健康づくりに取り組める「毎日脳にいいこと」チャレンジの参加者募集を本日より開始します。



**「毎日脳にいいこと」**  
**みんなで続ける！**  
**脳活・運動習慣チャレンジ**



～お問い合わせ先～

エーテンラボ株式会社 広報担当 加藤

maho.kato@10lab.com /070-4203-0045

本チャレンジはデジタルの力で“続けること”をサポートし、地域や世代を超えて健康づくりの輪を広げることを目的として、習慣化アプリ「みんチャレ」とテオリアの脳トレコンテンツ「ブレワーク(Brain Workout)」を活用し、仲間と励まし合いながら脳トレと運動を楽しく継続できる無料の取り組みです。先着100名様限定で、誰でも参加可能です。

## ■「毎日脳にいいこと」チャレンジ概要

脳の健康維持には「脳トレ」と「運動」の両立が重要ですが、一人で続けるのは難しいものです。本チャレンジでは、「みんチャレ」アプリを通じて同じ目標を持つ仲間とチームを組み、日々の脳トレやウォーキングの実施を報告し合いながら、楽しく習慣化を目指します。

- 参加費：無料(先着100名様限定)
- 参加期間：3ヶ月(90日間)
- 選べるコース：
  - 運動メイン(歩数記録を中心に投稿)
  - 脳トレメイン(脳トレの実施記録を中心に投稿)
- 報告方法：アプリ内で歩数や脳トレ実施画面のスクリーンショットをチームに共有。途中離脱も可能で、実施できた日だけの報告でOK
- 申し込み方法
  1. 専用申込フォームにアクセス  
下記URLより申込フォームにアクセス [theoriatec.com/brainworkout\\_minchalle](https://theoriatec.com/brainworkout_minchalle)
  2. 必要事項を入力して送信  
お名前、メールアドレス、ご希望のコース(運動メイン／脳トレメイン)など、必要事項を入力し送信
  3. 案内メールを受け取る  
登録メールアドレス宛に、参加方法や参加URLなどの詳細を記載した案内メールが送られます。
  4. みんチャレアプリをダウンロード
    - a. 案内メール内に記載されたURLをスマートフォンでタップし「みんチャレ」アプリをダウンロード
      - ・iPhoneの方：App Store
      - ・Androidの方：Google Play
  5. チームに参加してチャレンジ開始
    - a. ご案内メールに記載された参加URLを使い、みんチャレを起動し、チームに参加します。
    - b. 参加後は、アプリ内で毎日の活動(脳トレや歩数記録など)を投稿し、仲間と励まし合いながらチャレンジを進めます。

～お問い合わせ先～

エーテンラボ株式会社 広報担当 加藤  
maho.kato@10lab.com /070-4203-0045

## ■プログラムの特徴



一緒に続ける仲間

- ・仲間と一緒にだから続けやすい  
一人では挫折しがちな習慣も、同じ目的を持つ仲間と励まし合うことで楽しく継続できます。



日常にちょっとプラス

- ・日常に無理なくプラス  
脳トレは「ブレワク」で1日5分、運動は普段のウォーキングでOK。忙しい方でも気軽に参加できます。



簡単な結果報告

- ・簡単な結果報告  
みんなチャレアプリで歩数や脳トレ実施のスクリーンショットを共有するだけ。点数の共有は不要です。

## ■「みんなチャレ」とは？

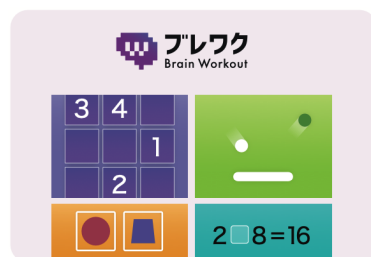


みんなチャレは、専門家監修のもとに作成された、5人1組で続ける「習慣化アプリ」です。共通の目標を持つ最大5人のチームを組み、仲間と一緒に進捗を共有し、励まし合いながら取り組むことができ、一人では続けにくい目標も、チームと一緒になら楽しみながら達成できます。現在、ダイエット、健康、勉強など様々なカテゴリーで累計150万人以上が利用しています。

## ■「ブレワク」とは？

～お問い合わせ先～

エーテンラボ株式会社 広報担当 加藤  
maho.kato@10lab.com /070-4203-0045



「ブレワク(Brain Workout)」は、ゲームを通じて脳を鍛えるための脳トレコンテンツです。1回1分で楽しめる数字、図形、色などを使った10種類の脳トレゲームを提供しており、日常の中で気軽に脳を刺激できます。どなたでも無料で、広告なしでお楽しみいただけます。

ブレワクURL : [https://theotol.soudan-e65.com/special/theo brain workout](https://theotol.soudan-e65.com/special/theo%20brain%20workout)

### ■ エーテンラボ株式会社について

ソニーの新規事業創出プログラムから独立した会社で、一般ユーザー向けにさまざまな習慣をサポートする習慣化アプリ「みんチャレ」、法人向けに「みんチャレ禁煙」「みんチャレ健康サポート」「みんチャレフレイル予防」など、複数の健康支援ソリューションを展開しています。テクノロジーで人を幸せにすることをミッションにみんなが行動変容できる世界の実現を目指します。

#### <会社概要>

本社所在地：東京都中央区日本橋小舟町8-13 天翔日本橋ビル2階

代表者：長坂 剛

設立：2016年12月

電話番号：03-5422-8396

HP：<https://a10lab.com/>

\* みんチャレの名称・ロゴはエーテンラボ株式会社の登録商標です。

### ■ Theoria technologies株式会社について

Theoria technologies(テオリア テクノロジーズ)は、「認知症との向き合い方を、テクノロジーで変えていく。」をミッションに掲げ、エーザイグループの一員として認知症という社会課題の解決を目指しています。

認知症の当事者やそのご家族、医療関係者との対話から得た膨大な知見とAIなどのテクノロジーを掛け合わせ、健常・未病時の備えから診断後のケアまで、一貫して認知症に関する事業に取り組んでいます。

#### <会社概要>

本社所在地：東京都千代田区内幸町2-1-6 日比谷パークフロント 17F

代表者：内藤 景介

設立：2023年9月4日

～お問い合わせ先～

エーテンラボ株式会社 広報担当 加藤  
maho.kato@10lab.com /070-4203-0045



資本金:3.5億円

事業内容:医療・健康に関するデータを活用したサービス、その他ヘルスケア関連サービスの提供

URL:<https://theoriatec.com/>

～お問い合わせ先～

エーテンラボ株式会社 広報担当 加藤  
maho.kato@10lab.com /070-4203-0045