

2024年2月1日
株式会社セガ エクスディー
横浜市立大学

セガ エクスディー、YCU COI-NEXT との共同による
“ゲーミフィケーション”の効果検証実験を開始

—自身の行動改善で動物が元気になる？検証協力者募集—

ゲーミフィケーション事業*1を展開する株式会社セガ エクスディー（本社：東京都新宿区、代表取締役社長 執行役員 CEO：谷 英高）は、横浜市立大学 研究・産学連携推進センター 宮崎 智之 教授（学長補佐）が代表を務める YCU COI-NEXT（Minds1020Lab*2（マインズ テントウエンテイボ））と共に、若者の生きづらさを解消し、高いウェルビーイングを実現するための研究の一環として、ゲームコンテンツがメンタルヘルスに与える効果に関する検証実験を開始することをお知らせいたします。



■ 研究の背景

抑うつや適応障害の増加、高い自殺率に見られる若者の生きづらさは、大きな社会問題となっています。さらに、コロナ禍での社会構造の変化により、孤立・孤独といった新たな「生きづらさ」も顕在化してきていると Minds1020Lab は考えています。

近年の引きこもりや不登校児童への対応、就労者への精神保健対策の経験から、若者を取り巻く環境の複雑化が主体性・自尊感情・つながる力などの自己特性を低下させ、生きづらさを助長していることがわかりました。そして、若者が持続可能な高いウェルビーイングを実現できる社会にするには、自己特性を向上させてたくましい心（心理的レジリエンス）を獲得することが求められます。

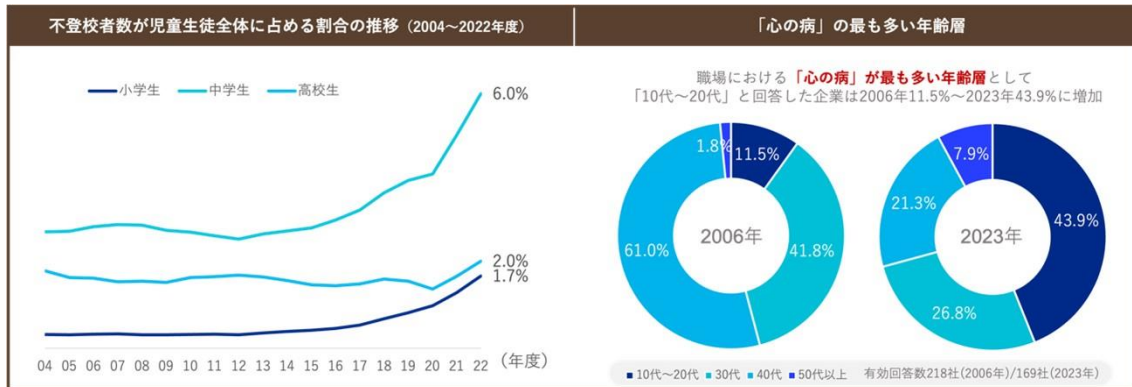


図1 不登校者数の割合推移 (左) と「心の病」を抱える年齢別人口割合 (右)

(出典) 左：文部科学省「令和4年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」/右：公益財団法人日本生産性本部 第11回「メンタルヘルスの取り組み」に関する企業アンケート調査結果 (2023年11月9日)

特に、頻繁に朝食を抜くことはうつ病や幸福度の減少、ストレス障害、睡眠障害および学業成績不振等と関連があるという研究結果が発表されています*3。

本研究では、生きづらさを感じる若者に自己特性を向上させるため1ヶ月間ゲームを使用しながら行動改善を行い、その効果を検証します。

■ 研究の概要

Minds1020Lab がセガ エックスディーの協力のもとで開発した、動物園内の動物たちと共に自身の生活習慣を改善する育成型ゲームアプリ「Zoo レポ」を使用し、生活改善に関する検証実験を実施します。動物は下記4種類で構成されています。

SEGA XD NEWS RELEASE

1. くま：睡眠（起床時刻）
2. チーター：運動（歩数）
3. パンダ：食事（朝食）
4. ペンギン：家事（掃除、入浴）

こちらの条件にあてはまる方を検証協力者として募集します。

- 募集対象：18歳～29歳の男女
- 募集人数：75名
- 募集期間：2024年2月1日～2024年3月31日
- 実施時期：同意を得られた日から28日間連続して実施
- 実施場所：オンライン
- 申込方法：URL <https://p3-digital.econsent.jp/> より申込み



図2 「Zoo レポ」のキャラクターイメージ

■ 今後の展開

今回の検証結果より、本拠点が目標としているメタバースプラットフォーム（本拠点では「メタケアシティ構想」と定義）の構築に対する示唆を得ることで、本拠点のターゲットである10代～20代の若者に寄り添った研究開発を目指していきます。

今後もセガ エックスディーは、ゲーミフィケーションのノウハウを活かし、産学連携をはじめ様々な企業や社会の課題を解決していきます。

- 株式会社セガ エックスディー 取締役 執行役員 COO：伊藤 真人 コメント

若者の生きづらさが大きな社会問題となっており、今若者には心理的レジリエンスの獲得が求められています。そのためには生活習慣の改善が必要な一方で、重要であることは理解しつつも実行に移すことが難しい領域でもあります。そんな背景の中、我々セガ エックスディーが培ってきた「やりたくなる」ゲーミフィケーションの手法を活用し今回「生活習慣を改善したくなる」アプリを共同開発しました。誰もが楽しく心理的レジリエンスを獲得し、高いウェルビーイングを実現する社会を Minds1020Lab と目指していきます。

-Minds1020Lab コメント

近年、メンタルヘルスケアをいかに国内の若者に行き渡らせるかが課題となっています。しかし、様々な物理的・心理的な障壁があり、必要とされる方に十分にケアが届いていないのが現状です。心理的な障壁の一つには、メンタルヘルスケアとして行われていることそのものへの抵抗感が挙げられます。そこで我々は、楽しんでメンタルヘルスケアに取り組めるゲームを開発しました。メンタルヘルスケアとして行われてきたことの中では、ごく一部ではありますが、たくさんの方に毎日のセルフケアの入り口としてご活用いただき、自分を大切にできるような文化の醸成ができればと考えています。

■ 横浜市立大学 大学情報

横浜市立大学は、5 学部、6 研究科、附属 2 病院を擁する総合大学として、開国・開港の地、横浜にふさわしく、豊かな教養と高度な専門性を備えた世界で活躍できる人材を育成しています。国際都市横浜における教育・研究・医療の拠点となることを使命とし、社会の発展に寄与し市民の誇りとなる大学を目指しています。

大学名	横浜市立大学
学長	相原 道子
所在地	神奈川県横浜市金沢区瀬戸 2 2 - 2
設立	1949 年
URL	https://www.yokohama-cu.ac.jp/

SEGA XD NEWS RELEASE



横浜市立大学
YOKOHAMA CITY UNIVERSITY



■ 会社概要

会社名	株式会社セガ エックスディー
代表者	代表取締役社長 執行役員 CEO 谷 英高
所在地	東京都新宿区西新宿 6-18-1 住友不動産新宿セントラルパークタワー 20 階
設立	2016 年 8 月 1 日
事業内容	ゲーミフィケーション事業
URL	https://segaxd.co.jp/

< 用語説明・参考 >

*1 ゲーミフィケーション：

コンピュータゲームのゲームデザイン要素やゲームの原則をゲーム以外の物事に応用することを言う。

*2 Minds1020Lab（マインズ テントウエンティラボ）：

生きづらさを感じる若者の心の課題を包括的に研究する新たな学術領域を立ち上げ、得られる知見を基に心理的レジリエンスの獲得を促すコンテンツ（デジタルメディスン）を提供する YCU COI -NEXT の拠点名称

*3 参考文献：

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.2147/DMSO.S241670>

記載されている会社名、製品名は、各社の登録商標または商標です。
本文書に記載している情報は、発表日時点のものです。