



報道関係者各位

2024年4月4日

株式会社ベスプラ

一般社団法人ブレインインパクト

## 地域の脳に良い観光体験の実践により、脳の健康意識や滞在中のライフスタイル改善意向が向上～野沢温泉訪日外国人ワーケーションへの実施報告～

株式会社ベスプラ（東京都渋谷区、代表取締役社長：遠山 陽介、以下ベスプラ）は、一般社団法人ブレインインパクト（京都府京都市、理事長：山川義徳、以下、ブレインインパクト）と一般社団法人野沢温泉マウンテンリゾート観光局（長野県下高井郡野沢温泉村、代表者：河野健児、以下、野沢温泉DMO）が実施する、脳科学の観点から観光客のウェルビーイング向上への研究に、脳の健康維持増進アプリ「Braincure」β版を提供することで、研究を支援<sup>※1</sup>しています。

本研究において、野沢温泉村を訪れた訪日外国人ワーケーションに対し、脳の健康維持増進アプリ「Braincure」<sup>※2</sup>（以下、アプリ）を通じて野沢温泉村の脳に良い観光体験と脳の健康管理を実践頂きました。その結果、脳の健康意識や滞在中のライフスタイル改善意向が向上している傾向がみられました。また、脳の健康に良い観光体験の内容によって、実施状況に差が出る傾向もみられました。

### ■取組み概要

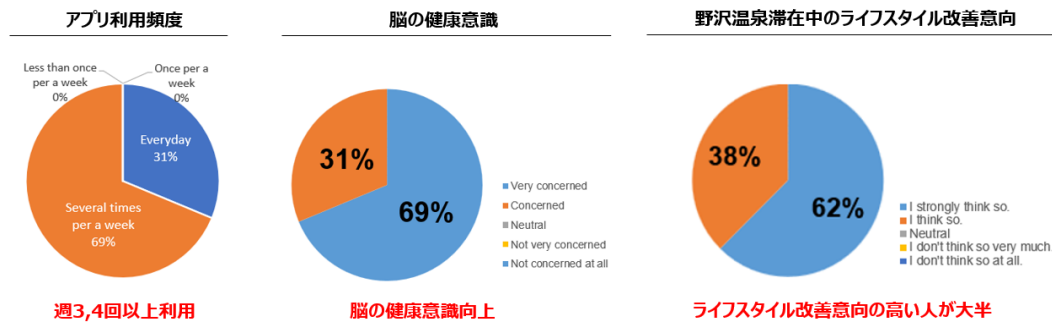
本取組みでは、脳に良い行動（BHQ Actions<sup>※3</sup>）の6カテゴリ（運動、社会生活、食事、睡眠休息、学習、環境）に沿った野沢温泉の脳に良い観光体験（計26種類）をアプリ上に掲載し、野沢温泉を訪れた訪日外国人ワーケーションにアプリを通じてそれら観光体験を実施していただきました。また、アプリで日々の健康管理をしていただき（脳に良い行動の実施状況を記録）、その実施状況から推定される脳の健康度の測定体験も実施いただきました。



（画像左側）野沢温泉観光局、野沢温泉DMO、Nozawa Onsen、Tanuki Nozawa、株式会社 The Drop、野沢温泉観光局、野沢温泉DMO

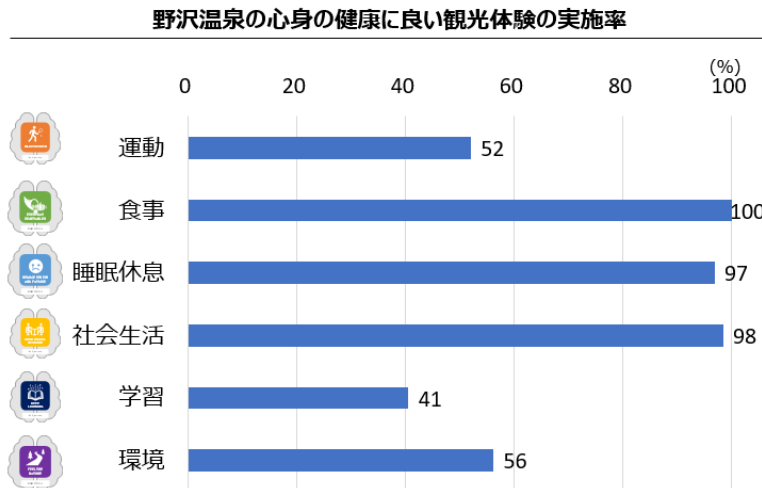
### ■脳に良い体験を通して脳の健康意識や滞在中のライフスタイル改善意向が向上

今回、参加者の方は週3,4回以上の頻度でアプリを利用いただき、野沢温泉の脳健康によい観光体験や、脳に良い行動の健康管理を実施いただきました。その結果、脳の健康意識が向上し、野沢温泉滞在中のライフスタイル改善意向が向上したことがわかりました。



### ■野沢温泉の脳健康に良い観光コンテンツの実施状況

野沢温泉の脳健康に良い観光体験の実施状況について、「食事」「睡眠休息」「社会生活」の観光体験は実施率が高く、一方で「運動」「学習」「環境」の観光体験は実施率が比較的低い傾向がみられました。



※上記実施率の数値は、各カテゴリー（運動、社会生活、食事、睡眠休息、学習、環境）における観光コンテンツの平均実施率

これら傾向の要因として、「食事」「睡眠休息」「社会生活」に関する観光体験は、参加者の趣向性が高く、取り組みやすい内容であったことや、脳の健康を意識するようになったことで実施率が上がったものと推測されます。一方、「運動」「学習」「環境」の観光体験については、体験内容によって参加者の趣向性に差があったことや、体験の実施難易度が高いものであったことが影響していると推測されます。



## ■今後について

本取組では、野沢温泉村を訪れた訪日外国人ワーケショナーに対し、アプリを通じて野沢温泉村の脳の健康に良い観光体験を実施して頂いた結果、脳の健康意識や滞在中のライフスタイル改善意向が向上した傾向がみられました。また、脳の健康に良い観光体験の内容によって実施状況に差が出る可能性がうかがえました。

これら結果を踏まえ、ベスプラは、ワーケショナーを含めたインバウンド観光客に対して脳の健康維持増進アプリ「Braincure」を提供する際、観光体験の特性（趣向性や体験の取組み易さ、脳の健康効果等）を踏まえ、より脳の健康効果が高まるよう、サービス提供を検討してまいります。

## ■取組み内容詳細

- ・実施内容：野沢温泉村滞在期間中に、BHQ Actions を網羅した脳の健康維持増進アプリの利用（2週間以上）を通じて野沢温泉村の脳の健康に良い観光体験と脳の健康管理を実施し、その利用前後でアンケート調査を実施。
- ・実施期間：2024年2月上旬～下旬（参加者は野沢温泉滞在中、2週間以上アプリを利用）
- ・対象：野沢温泉村を訪れた訪日外国人ワーケショナー16名
- ・属性情報：【性別】男性約5割、女性約5割【年代】20代が約3割、30代が約7割  
【国籍】豪州（オーストラリア・ニュージーランド）が約8割、アジア（韓国、台湾）が約1割、欧米（UK、カナダ）が約1割【職業】専門的・技術的職業が約7割、管理職が約2割、販売職が約1割

## ■関連プレスリリース

（※1）訪日外国人観光客のウェルビーイング向上に関する脳科学研究に脳の健康改善アプリ「Braincure」β版を提供

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000099.000007987.html>

（※2）ベスプラ社とBHQ社、脳を健康にするための行動指針BHQ Actionsを網羅した初のスマートフォンアプリ『Braincure』β版を9月より米国で提供開始

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000084.000007987.html>

## ■用語解説

（※3）BHQ Actions

脳科学の専門家であるBHQプロジェクトメンバーが中心となり、脳の健康維持や向上に有効であることが学術的に示されている生活習慣や心理特性から、「楽しく無理なく脳を健康にするための18の行動指針」として抽出された行動指針です。（<https://www.bi->



[lab.org/bhq-actions](http://lab.org/bhq-actions))

#### ■団体について

株式会社ベスプラ (<https://bspr.co.jp>)

株式会社ベスプラは認知症予防に向けた脳の健康維持アプリ『脳にいいアプリ』ならびに運転免許更新時の認知機能検査が手軽に試すことができる運転免許の認知機能テストを提供し、ICT を使ったヘルスケアサービスを通して脳と体の健康サービスを提供しています。

一般社団法人ブレインインパクト (<https://www.bi-lab.org/>)

一般社団法人ブレインインパクトは脳の健康管理指標 BHQ に関連する各種取り組みについての国際標準化活動を推進すると共に、脳情報のデータベースを公的共用リソースとして提供しています。