

報道関係者各位

脳トレーニングジム「ブレインフィットネス®」

最高レベルに信頼度の高いエビデンスを保有する
脳トレプログラム「CogniFit」をトレーニングに導入

株式会社イノベッジ（代表取締役社長：高山雅行）が運営する脳トレーニングジム「ブレインフィットネス®」は、12月よりトレーニングメニューに脳トレプログラム「CogniFit」を導入いたします。

【CogniFitとは】

CogniFitは1999年に米国で設立され、様々な特許技術を保有する脳トレプログラムのグローバルプラットフォームです。英語だけでなく、スペイン語、フランス語、イタリア語、ドイツ語、ブラジル語、ポルトガル語、オランダ語、アラビア語、日本語を含む18言語で世界100以上の国で使用されています。

ゲームは全部で約50種類と豊富にあり、それぞれのゲームごとに作業記憶力、注意力、計画力、処理速度、分割注意力、視覚など、どの知覚・認知機能をトレーニングするゲームなのかが記載されています。ユーザーは認知機能検査の結果とその時点でのパフォーマンスに基づき、多数のゲームの中からパーソナライズされたメニューを行います。



※ゲーム選択画面（例）

トレーニング画面（例）

※短期記憶力や非言語記憶力を鍛えるゲーム



1) それぞれのかぼちゃの前に表示されたキャンディの形と色を指定時間（約5秒）で記憶



2) 画面が切り替わるとキャンディが消えるので、最初に見たものと同様のキャンディを、上の選択肢からかぼちゃまで移動させる。

※かぼちゃの数や選択肢の数は難易度によって調整ができます。

【本件に関するお問合せ・取材のお問い合わせ先】

株式会社イノベッジ 「ブレインフィットネス®」 担当：森下

(TEL：03-6277-1671 FAX：03-6277-1672 mail：info@innovage.co.jp / web：https://brain-fitness.jp)

【最高レベルのエビデンスを所有】

2017年オーストラリアの研究者によって発表された主要な脳トレプログラム18社のエビデンス（科学的根拠）を評価したレポートでは、CogniFitはもっとも信頼度が高いエビデンスを保有するlevel1と評価されました。

研究概要

この研究は現在コンピュータ等で利用可能な脳トレプログラムを作製する18社の科学的なエビデンスを調査し、効果的であることを示す臨床試験や経験的エビデンスが存在した7社の製品を、有効性の証拠の確実性に基づいて3つのカテゴリー（※）に分類したものです。

※レベル1：2つ以上の高度にデザインされたランダム化比較試験があり、そのうち1つは高品質なもの。
レベル2：1つの高品質なランダム化比較試験がある。
レベル3：低～中程度にデザインされたランダム化比較試験が1つ以上ある 等。

調査の結果は下記の通りとなりました。

レベル1： Positscience (BrainHQ)とCogniFit
レベル2： Cogmed、Brain Age、My Brain Trainer
レベル3： DakimとLumosity

論文：Shah, T. M., Weinborn, M., Verdile, G., Sohrabi, H. R., & Martins, R. N. (2017). Enhancing cognitive functioning in healthy older adults: a systematic review of the clinical significance of commercially available computerized cognitive training in preventing cognitive decline. *Neuropsychology review*, 1-19.

今回、脳トレーニングジム「ブレインフィットネス®」では「より科学的に信頼度が高いメニューをお客様に提供する」という方針のもと、脳トレプログラム「CogniFit」を導入することにいたしました。「ブレインフィットネス®」では今後も様々な世界最先端の脳トレテクノロジーを導入し、会員様の脳の健康やパフォーマンス向上に貢献してまいります。

【施設概要】

◇名称：脳トレーニングジム「ブレインフィットネス®」
◇所在地：東京都渋谷区恵比寿4-22-10 ユニゾebisu422 5階
◇公式サイト：<https://brain-fitness.jp/> ◇公式Facebook：<https://www.facebook.com/brainfitness.ebisu/>

脳の健康に良い生活習慣を身につけることを目的とした総合的な脳トレーニングジムです。脳トレ、筋トレ、有酸素運動、マインドフルネス瞑想、食事や睡眠のレクチャー及びアドバイスなどを提供しています。

東北大学加齢医学研究所との共同研究により、認知機能を維持・改善する、認知症の将来発症リスクを減らすことを示唆する研究論文を収集・分析。分析結果をもとに医師、管理栄養士、睡眠テクノロジー企業、フィットネス指導者、マインドフルネス指導者らと共同でプログラムを開発しました。現在は社内にニューロサイエンスラボを設け脳科学者がさらにエビデンス研究を進め、トレーニングに最新の脳科学の知見を取り入れていきます。

【会社概要】

会社名：株式会社イノベッジ
◇設立：2013年3月4日
◇所在地：東京都渋谷区恵比寿4-11-9 クオーレエビス301
◇代表者：代表取締役社長 高山 雅行
◇事業内容：超高齢社会の課題解決カンパニー
脳トレーニングジム「ブレインフィットネス®」(<https://brain-fitness.jp/>)の運営、
脳トレ・認知症予防の最新科学ニュースメディア「nounow (ノウナウ)」(<http://www.nounow.jp>)の運営、
その他、超高齢社会課題解決事業への投資やインキュベーションなどを行う。

【本件に関するお問合せ・取材のお問い合わせ先】

株式会社イノベッジ 「ブレインフィットネス®」 担当：森下
(TEL：03-6277-1671 FAX：03-6277-1672 mail：info@innovage.co.jp / web：https://brain-fitness.jp)