

## 「me-fullness」アプリの災害ケア・防災における有用性検証を開始 被災地域・住民の well-being 向上を目指し東北大学・宮城県七ヶ浜町と連携

ポーラ・オルビスグループの研究・開発・生産を担うポーラ化成工業株式会社(本社:神奈川県横浜市、社長:釘丸和也)、国立大学法人東北大学(総長:大野英男)、宮城県七ヶ浜町(しちがはままち)(町長:寺澤薫)は共同で、ポーラ化成工業が開発した心身の分析とケアが同時に叶うスマホアプリ「me-fullness(ミーフルネス)\*1」の災害ケア・防災における有用性を検証します。

※1 「ウェルネステックプロジェクト“me-fullness”をスタート」(2021年7月2日) [http://www.pola-rm.co.jp/pdf/release\\_20210702.pdf](http://www.pola-rm.co.jp/pdf/release_20210702.pdf)  
『me-fullness』一般向け配信を開始(2022年1月11日) [http://www.pola-rm.co.jp/pdf/release\\_20220111\\_03.pdf](http://www.pola-rm.co.jp/pdf/release_20220111_03.pdf)

### 災害ケア・防災ソリューションとして me-fullness アプリを活用

災害が被災者に与える心理的ダメージは、ときに10年以上長きに渡って被災者を苦しめることから、継続的にストレスをケアするソリューションが求められています。また、災害時に命を守るためには、冷静な判断と素早い対応を可能にする健康的な心身が必要なことから、日常的なセルフケアを行うことが重要です。このことから、災害ケア・防災において、日常の中で継続的にストレスケア・セルフケアできるソリューションが重要となります。

このような背景から「災害精神医学」を専門とする東北大学病院 奥山純子助教(補足資料1)と「災害からの生存科学」を専門とする東北大学災害科学国際研究所 門廻充侍助教(補足資料1)は、災害ケア・防災に活用可能な日常的なセルフケアソリューションを探索していました。そのような中で、先生方が well-being 実現を目指す me-fullness の存在を知り、被災者の心のケアおよび今後も起こりうる災害から命を守るための日常的なセルフケアツールとしての可能性を感じたことをきっかけに、共同研究が始まりました。今回の取り組みでは、東日本大震災の被災地である宮城県七ヶ浜町(補足資料2)とともに、me-fullness アプリ(補足資料3)の災害ケア・防災ソリューションとしての有用性を検証します。



左から順に、門廻充侍(東北大学災害科学国際研究所助教)、奥山純子(東北大学病院 助教)、本川智紀(me-fullness ファウンダー)、加藤朋美(me-fullness コファウンダー)。ポーラ化成工業 横浜研究所にて。

#### 【奥山純子先生のコメント】

me-fullness アプリの面白い点は、まず「顔を映す」ところです。顔を見ることは大事なことですし、これが自分を大切にすることにつながれると思います。そして提供されるコンテンツが、創造的音楽療法をベースにしている点にも興味を持っています。ストレスや気分転換に対して科学的事実に基づいていることから、真面目に研究を積み上げてきたアプリだと感じます。

#### 【門廻充侍先生のコメント】

me-fullness アプリには2つの可能性を感じています。1つは「災害から生き残った人」へ届け、発災後を生きる私たち一人ひとりの心の支えを me-fullness が担えるようにしていきたいと考えています。もう1つは、me-fullness で日常的に心身が well-being になることで、冷静な判断や素早い行動など、発災時により適切な命を守る行動に繋がっていくと考えています。

### 今後も地域の well-being 向上を目指したオープンイノベーションを加速

今回の取り組みを皮切りに、me-fullness プロジェクトは地域の well-being 向上を目指した活動も加速していきます。例えば、本プロジェクトを中心とした地域のコミュニティ形成や、地域特有の自然資源(風景、音、香りなど)を活用したソリューション開発など、地域や住民の well-being 向上に貢献していきます。将来的には、宮城県七ヶ浜町との取り組みをモデルケースとして、全国各地さまざまな自治体・企業と連携していきたいと考えています。

独自の視点・技術を強みとするポーラ化成工業と、大学や自治体とのオープンイノベーションによる、well-being 実現に向けた活動にぜひご期待ください。

#### 【報道関係者の皆さまからのお問い合わせ先】

(株) ポーラ・オルビスホールディングス コーポレートコミュニケーション室  
広報担当 Tel 03-3563-5540 / Mail [webmaster@po-holdings.co.jp](mailto:webmaster@po-holdings.co.jp)

※在宅勤務を推奨しておりますので、お電話がつかない場合はメールにてお問い合わせください。

東北大学病院 広報室

Tel 022-717-7149 / Mail [pr@hosp.tohoku.ac.jp](mailto:pr@hosp.tohoku.ac.jp)

## 【補足資料 1】 共同研究を行う先生方について

### **奥山 純子(おくやま じゅんこ)先生**

東北大学病院 肢体不自由リハビリテーション科  
助教 東北大学プロミネントリサーチフェロー

人は災害や事故など、困難な状況を避けて生きることはできません。このような困難な状況において、「well-being を獲得していくためには何が重要なのか」を解明することを目指し、研究を進めています。この研究が、困難な状況下にある人々の生き続ける希望を生むことを期待しています。

東北大学病院 肢体不自由リハビリテーション科 ホームページ <http://www.reha.med.tohoku.ac.jp/member/>

### **門廻 充侍(せと しゅうじ)先生**

東北大学災害科学国際研究所 災害評価・低減研究部門 津波工学研究分野  
助教 学術博士

災害から生き残った人は、自身の災害の経験と共に歩み続けていきます。災害からの生存科学では、一人ひとりの well-being に、BOSAI<sup>※2</sup> 視点で貢献することを目指しています。災害からどのように生き残るかに加え、その後生きていくために必要なサポートを、ポーラ化成工業、七ヶ浜町と共に協創していきたいと思えます。

東北大学災害科学国際研究所 ホームページ [https://irides.tohoku.ac.jp/organization/shuji\\_seto.html](https://irides.tohoku.ac.jp/organization/shuji_seto.html)

※2 防災の新しい可能性を創造したいという想いから「BOSAI」と表記

## 【補足資料 2】 宮城県七ヶ浜町について

宮城県七ヶ浜町は、仙台市中心部から東に約 20km、南は太平洋に面し、北と東は松島湾と三方を海に囲まれ、半島状の形状をなした、北海道・東北で面積が一番小さい海沿いの町です。その昔、海沿いに 7 つの集落があったことから「七ヶ浜」と名づけられました。

東日本大震災では、最大高さ 12.1mの津波が町を襲い、町面積の 36.4%が浸水し、壊滅的な被害を受けました。復興事業のハード面は昨年を以って一段落しておりますが、被災された方々の「心の復興」には、これからもしっかりと向き合い、継続的に支援をしていく必要があります。今回の連携が被災された方々の心の支えとなり、前に向かって進む一助になることを期待しています。

宮城県七ヶ浜町 ホームページ <https://www.shichigahama.com/>



七ヶ浜町風景

## 【補足資料3】 me-fullness アプリについて

### ■ 特徴

「顔分析で自分を知る技術」と「五感で心と体を満たす技術」の2つのコア技術が搭載されています。

#### ＜顔分析で自分を知る技術＞

顔または肌の動画から、定量化の難しい自身の疲労・ストレス状態を分析・可視化します。

#### ＜五感で心と体を満たす技術＞

化粧品の感触・触覚研究で培った技術をもとに開発した独自の触覚刺激、さらにその触覚刺激に最適な音楽、アートを組み合わせた五感体験を通じて、心と体を満たす体験プログラムを提供します。

### ■ 主な機能

- (1) 顔・肌から自身の疲労・ストレス状態をいつでもどこでも可視化
- (2) 最適な五感体験を通じて、即時で疲労・ストレスをケア
- (3) 日常のシーンに合わせて、なりたい状態※3を実現

※3 「心身の解放」、「シャキッと切り替え」、「気負わずショートブレイク」、「思考をクールダウン」など



図1. アプリの使用イメージ（オフタイムモードを例として）

### ■ ダウンロード方法

App storeにて、「ミーフルネス」と検索すると、me-fullness アプリが表示されます。ダウンロード後、アプリを起動し、案内に沿って必要事項をご入力ください。

<https://apps.apple.com/jp/app/id1542008998> →



### ■ 価格

無料（一部機能は有料）

### ■ 対応機種・動作環境

iPhone 8 以上（iOS13 以上）

アンドロイド版は現在開発中です（2022 年上期配信予定）。

### ■ 参考情報

me-fullness プロジェクトについて

<https://me-fullness.com/> →



me-fullness アプリについて

<https://me-fullness.com/app/> →



me-fullness 技術について

<https://me-fullness.com/technology/> →

