

働く女性のためのデジタルサードプレイス「marbleMe」を活用し、ウェルビーイング向上を目的とした実証実験結果を公表

BIPROGY は、働く女性のためのデジタルサードプレイス「marbleMe（マーブルミー）」を活用し、働く女性のウェルビーイングについて検証する実証実験の結果を公表しました。本実証実験は日本における幸福学の第一人者である慶應義塾大学 前野隆司教授監修のもと実施し、前野隆司教授が提唱する「幸せの4因子」をウェルビーイング指標として分析しました。

「marbleMe」は、働く女性が抱える健康課題やそれにより派生するさまざまなライフプランの悩みの解決を「対話」を通じて支援するサービスです。

今回の実証実験では、「marbleMe」利用前のウェルビーイング指標が低い人が「marbleMe」を利用することでウェルビーイング指標が向上する傾向にあることが分かりました。また、利用前のウェルビーイング指標が低い人は高い人と比べて「marbleMe」の利用頻度が高い傾向にあることも分かりました。

今後 BIPROGY は、「marbleMe」に蓄積されている匿名化された利用者の行動ログなどのデータを用いて、ウェルビーイング向上に強く寄与する行動や機能を明確化していきます。

【背景】

BIPROGY は、2023年10月のサービス提供開始以降、働く女性が「marbleMe」を利用することで、女性特有の健康課題の解決だけでなく、メンタル面においてもポジティブな効果が出ていることを定性的に確認してきました。本実証実験では、働く女性が「marbleMe」を継続的に利用することで、慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科教授/武蔵野大学ウェルビーイング学部長 前野隆司教授が提唱する「幸せの4因子（やってみよう因子/ありがとう因子/なんとかなる因子/あなたらしく因子）」^(注1)を向上させられるかを検証しました。

【実証実験の成果】

図1：ログイン数と幸福度の変化

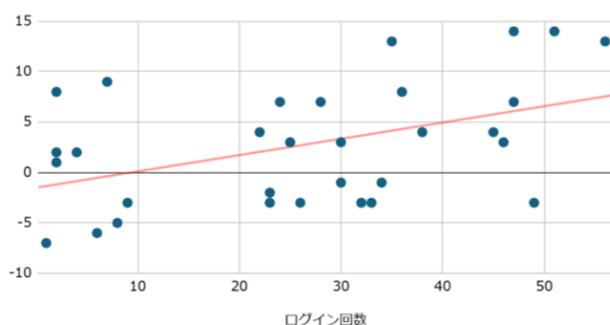
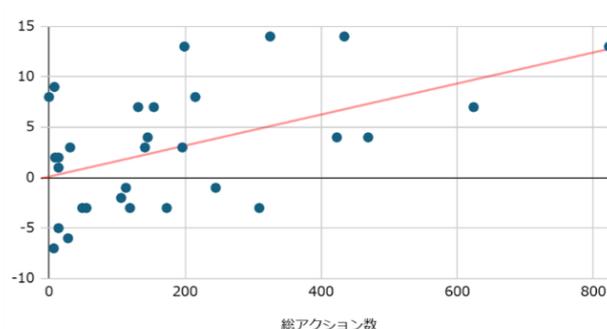


図2：総アクション数と幸福度の変化



上記2つの散布図は「marbleMe」利用前のウェルビーイング指標（幸福度）が低い傾向にあった方の変化を表したグラフです。図1は縦軸に「marbleMe」利用前後のウェルビーイング指標の差を取り、実証期間中のログイン数によってウェルビーイング指標がどのように変化したのかを示しています。図1から、「marbleMe」利用前のウェルビーイング指標が低い傾向にあった方は「marbleMe」へのログイン回数が増えるごとにウェルビーイング指標が上昇する傾向にあることが分かりました。

図 2 も縦軸は図 1 同様で、横軸に「marbleMe」内での総アクション数を取り、実証期間中に「marbleMe」の機能を利用した回数によってウェルビーイング指標がどのように変化したのかを示しています。図 2 から、同じ悩みを持つ人との対話で体調や感情を言葉にする人や、知識や経験を共有できる「トークルーム」や「質問箱」の機能をより多く利用する人のウェルビーイング指標は上昇する傾向にあることが分かりました。

<実証実験参加者の声>

- ・知らない人だからこそ気軽にいろいろなことを吐き出せて良かった。会社や家庭で相談できないことなど気軽に話すことができた。
- ・自分と似たような悩みを持つ方の意見を聞くことができ、「こんな悩みを持つのは自分だけじゃないんだ」と安心することができた。
- ・悩みを相談することで似たような経験をした人で互いに助け合い、人とのつながりを感じることができた。
- ・同じような境遇の方たちの、率直な声を知って、大変なのは自分だけじゃないと元気をもらった。

【今後の取り組み】

今後も BIPROGY は、働く女性のウェルビーイング向上に「marbleMe」が貢献することを定量的に検証するとともに、「marbleMe」の提供を通じて BIPROGY が目指す姿「Vision2030」で掲げる、デジタルコモンズの実現を目指していきます。

以 上

■ 実証実験の概要

実施期間	2024 年 8 月～9 月の約 2 カ月間
対象者	marbleMe を初めて利用する働く女性（20～60 代）約 100 名
実証内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ marbleMe 利用の前後にウェルビーイング指標の測定（幸せの 4 因子アンケート企業版^(注 2)） ・ marbleMe 利用によるウェルビーイング指標の変化 ・ イベント参加数、ルーム投稿数などのコミュニティ利用指標とウェルビーイング指標の関係性
各者の役割	<p>BIPROGY：対象者のウェルビーイング指標の測定 測定した結果の分析</p> <p>慶応義塾大学：実証設計や結果分析に対する助言</p>

注 1：幸せの 4 因子

<https://lab.sdm.keio.ac.jp/maenolab/questionnaire.html>

注 2：幸せの 4 因子アンケート企業版

<https://takashimaeno.com/research/wellbeing/questionnaire/>

■ 関連リンク

働く女性のためのデジタルサードプレイス「marbleMe」: <https://www.marbleme.jp>
慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科教授
武蔵野大学ウェルビーイング学部長 前野隆司教授
<https://takashimaeno.com/>

※marbleMe は、BIPROGY 株式会社の登録商標です。

※その他記載の会社名および商品名は、各社の商標または登録商標です。

※掲載の情報は、発表日現在のものです。その後予告なしに変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください。

<報道関係お問い合わせ窓口>

https://www.biprogy.com/newsrelease_contact/

Vision2030

わたしたちは、デジタルコモンズを
誰もが幸せに暮らせる社会づくりを推進するしくみに育てていきます

私たちは志や共感をベースに持続可能な社会の実現を可能にするために、
さまざまなサービスやノウハウをデジタルの力でつなぎ合わせ、
社会の共有財であるデジタルコモンズとして創造し、提供していきたいと考えています。
その実現に向けて、ビジネスエコシステムのパートナーと共に
多様な業界、業種、マーケットの視点から社会に貢献することにより、新たな価値やマーケットの創出につなげていきます。