

人とチームと企業を 前向きにととのえる

TOTONOERU



TOTONOeru

事業計画（事業目的と実施事項）

女性にとって居づらい環境

3e-HARAMAKIの概要

充電不要の圧力や振動、温度変化のエネルギーを負電位に変換する腹巻き



約-200Vの電位を確認

ノウセツの概要

思考のクセとメンタル状況を可視化



▷ 5分~10分の設問に直感で回答 》 》 》

▷ 脳医学の技術で脳を分析

思考の癖

1 あなたの脳タイプは

右脳全体&左脳3次元優位タイプ

あなたの脳タイプ解説
深い人間関係と様々な人たちの交流による広い視野で独創的なアイデアを出せる人です。おろかで寛大なため周囲の感力を集めるのも上手く、強いリーダーシップを発揮します。自分の好きなことを優先して自由に行動し、達成感を楽しむことができます。
留意：管理や分析が苦手な計画やスケジュール通りの行動が苦手な傾向にあります。～アドバイス～自分の不得意な知識分野や管理作業は得意な人を見つけ上手に任せましょう。

★4つの基本脳タイプ

- 左脳3次元 (情報収集)**
知識を統合して考え方を導き出す脳領域。論理的に考え物性を重視する。本質を見出し、適切な結果を導き出す。
得意を感じる時
- 整理・分類が得意になる時
- 本音がわかってほしい時
苦手とする状況
- 雑音が多い環境の中
- 雑音が多い環境の中
- 左脳2次元 (整理)**
言語の中核、豊富な知識を蓄える脳領域。データを整理し、的確な決定を導く。新しい作業やチームワークが得意。
得意を感じる時
- リーダーシップを発揮する時
- 人と人と、ソフトウェアをうまく活用する時
苦手とする状況
- 飲みこむことのない知識や情報、急な変更
- 自分自身も整理できない時
- 右脳3次元 (空間)**
空間認識、注意力に関係し、行動を促す脳領域。空間認識や想像力に優れている。物事を直感的に、思い込みで判断する傾向が強い。パワーを蓄えている。
得意を感じる時
- 多岐にわたる知識を得意とする時
- 自由な発想をしている時
苦手とする状況
- 細かな指示や手順に厳格に守らなければならない時
- 古い慣習を押し付けられる時
- 右脳2次元 (感情)**
感情、視覚記憶、音楽に関係し、情緒に働く脳領域。人の気持ちや考えを察知することの得意で、深い人間関係を築ける。
得意を感じる時
- 自分自身の感情や考えを整理し、人に伝える時
- 人が感動する時
苦手とする状況
- 感情や想像力が鈍る時
- 感情や想像力が鈍る時

左右バランス
左脳 44% | 右脳 56%

3次元・2次元バランス
3次元 52% | 2次元 48%

左脳 言語や論理、計算や時間に関連する大脳の領域
右脳 情緒や感性、視覚や音楽などに関連する大脳の領域

3次元脳 自分を中心に捉え、全体を俯瞰した情報処理を行う
2次元脳 相手を中心に捉え、詳細な情報処理を行う

メンタル状況

2 あなたの脳活度

中

現在のあなたは標準的なストレス耐性の状態です。多少のストレスには適応できますが、過度のストレスや自身の苦手な状況下では対応に戸惑いや不安や焦り、イライラを感じる可能性があります。

一日の生活の中に深呼吸（※目を閉じて、特に吐くことに意識を向ける）を積極的に取り入れましょう。出来事に対してあまり、良い悪いと評価せずに脳タイプの結果を参考に自分の得意な脳の使い方を活かすようにしていきましょう。

用語解説

帯状回
大脳辺縁系の各部位を結びつける役割を果たしており、感情の形成と処理、学習と記憶に関わりを持つ。適応と自身の感情の状況や適度な本能的欲求を抑制すると報告されている。機能が低下すると上記と逆作用となる。瞑想を行うと活性化することが証明され、注目が集まっている。

前線状
前線状皮質を介して行動意欲に繋げる役割をする。ドーパミンに関連する部位のため一般的には「やる気」を出させることでも有名だが、報酬系、快楽依存、不安などにも関連している。後述の特性をもつ。

扁桃体
情動的な出来事に関連付けられる記憶の形成と貯蔵における主要な役割を担う。喜怒哀楽、恐怖、逃避、攻撃など多岐にわたる情動に関連している。

大脳新皮質
高等動物が発達しており、特に人間は顕著に発達している。言語機能や情報収集・分析、思考、推理など知性を司る領域。

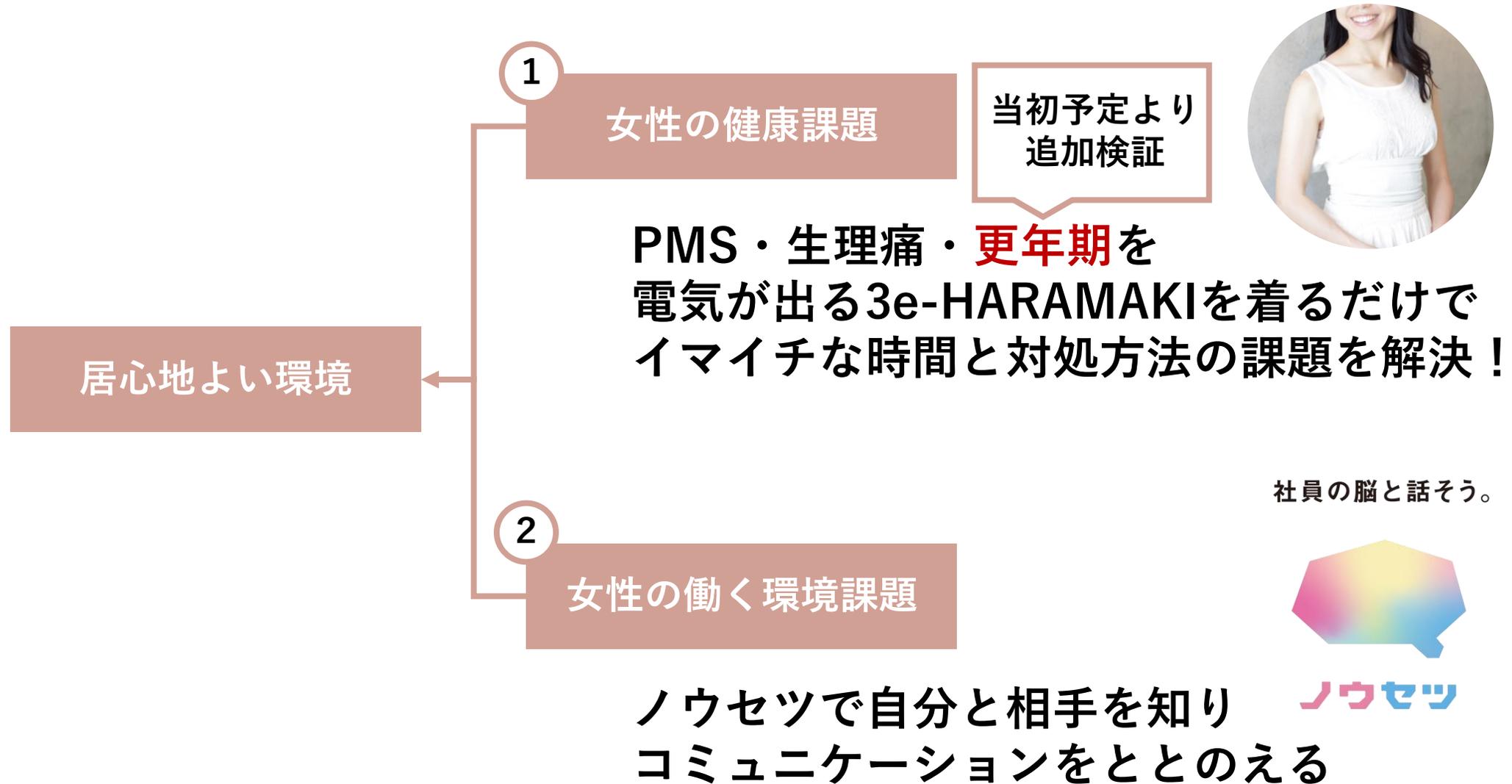
ストレス耐性 (標準値 70)
ストレスにどれだけ耐えられるかという強さ。ストレスに対する感情のコントロールレベルと変化への適応度を示す。
動物脳プラス (標準値 70-90)
直感や直観、物事の本質に直感的に、本能的な使い方を察知し、動物の本能を参考として、大きな機能になる。
動物脳マイナス (標準値 50-60)
ストレスに対して、攻撃的（イライラ・怒りなど）または過剰的（不安・焦りなど）になる感情的反応。プラスに働けば、人に対して強力に立ち回ったり強いやり取りが得意である。
人間脳 (標準値 70-90)
人や社会の役に立てるよう自分を育てる力。人としての生き方、人間性を学び、真実、協調性、ポジティブシンキングなどを意識して身に付けることで「強み」を活かす基礎になる。

上記4項目が理想値になると
- 集中力、発想力、洞察力が向上する。 - 人間関係がより円滑になる。
- 自己管理能力が向上する。 - 組織での役割が拡大する。
- 仕事のパフォーマンスが向上する。 - 楽しく、しなやかな精神の状態、目標に向かって進むことができる。 など

能動脳・受動脳バランス
能動脳 55% | 受動脳 45%

能動脳 脳の前部領域：収集した情報を元に行動する力
受動脳 脳の後部領域：周囲からの情報を収集する力

我々が解決してこうします



女性にとって
心地よい環境



自分も周りも
前向きになる

TOTONoeru

体調の向きを
整える



思考の向きを
整える

 天煌堂

前向きな時間にととのえる
株式会社天煌堂



社員の脳と話そう
株式会社actor

TOTONOeru

事業計画に基づき実施したこと

協力いただいた企業及び団体

多種多様な業種業態11団体122サンプル（PMS・生理痛108/更年期14）にて実施



日本生命



世界の幸せをカタチにする。
Creating Peace & Happiness for the World



BOKKSU
SNACK BOX



協力企業にて実施頂いた内容

1企業あたり3ヶ月間と設定。Before/Afterをアンケートやノウセツにて測定。
 ※更年期症状の検証は1ヶ月間。

事前調整

- ・企業担当者への趣旨説明
- ・窓口担当者の設定
- ・協力者の調整
- ・STEP0の日程調整

STEP0

- ・協力者向け趣旨説明
- ・連絡用公式LINE登録

(オンラインでの説明)

STEP1までに
ノウセツ登録

STEP1 (開始)

- ・ノウセツセッション
- ・PMS・生理痛アンケート
- ・3e-HARAMAKI配布

(リアルでの集合研修)

STEP2 (3ヶ月後)

- ・ノウセツ登録
- ・PMS・生理痛アンケート
- ・データ集計



協力者募集ポスター



経済産業省
フェムテック
サポートサービス

TOTONOeru

実証事業モニター募集！

■実証事業モニター募集概要

PMS・生理痛によるイマイちな時間を「着るだけ」で前向きな時間に変換する「3e-HARAMAKI」、コミュニケーションを思考のクセを理解することで整える「ノウセツ」この2つで人とチームと企業をととのえることを実証するモニター協力となります。

■モニター実施内容

期間：3ヶ月間（11月末～2月末） 対象：18歳～45歳女性
実施内容：3e-HARAMAKIの着用、ノウセツの実施、各種アンケート

モニター特典（モニター後そのままプレゼント）

01 身につけている間にととのえる「3e-HARAMAKI」



身につけている間にととのえる
3e-HARAMAKI
(オールシーズン用)
ロングタイプ 2枚
15,800円相当分

02 思考の癖とメンタル状況を数値化し自分と相手を理解する「ノウセツ」
社員の顔と話そう。



思考のクセを理解する
「ノウセツ」
2回分
10,000円分

リアルでのノウセツセッション・3e-HARAMAKIお渡し



TOTONOeru

本事業の成果と課題

実証事業の成果

1

TOTONoERUの開発

3e-HARAMAKI、ノウセツの活用
方法のブラッシュアップ

2

協力企業の開拓と実証

11社の多種多様な企業・団体にて
122サンプルの導入効果を確認

3

今後の展開

論文化や研修サービスとの連携な
ど広げていくことができる

②協力企業との実証

開拓時に良かったこと

- ✓ 天煌堂とactorの人的ネットワークにより順調に開拓
- ✓ TOTONOERUサービスが企業にとって手間がかからないこと
- ✓ その日に体験できるくらい導入しやすいソリューションであったこと

難しかったこと

- ✓ 実証実験開始にあたり、男性がフロント対応となると進捗が遅い、もしくは忘れられることがあった。
- ✓ 男性からの実証実験参加の声掛けは少し抵抗がある感じがした。

取組みの認知拡大について

男性が主体的に動きフェムテックを推進していくことについて認知活動を実施



女性からは応援される

- ✓ やることに意義がある
- ✓ やってくれとありがたい
- ✓ 男性にも知ってもらえる

男性からは・・・

- ✓ なんでやってるの
- ✓ ペインわからないんじゃないの
- ✓ 男性がやるのおかしい

“一人では行けないところまで行くには
自分だけでなく周囲のコンディションも整えて
同じ方向に思考が向けば早く行けますよね。”

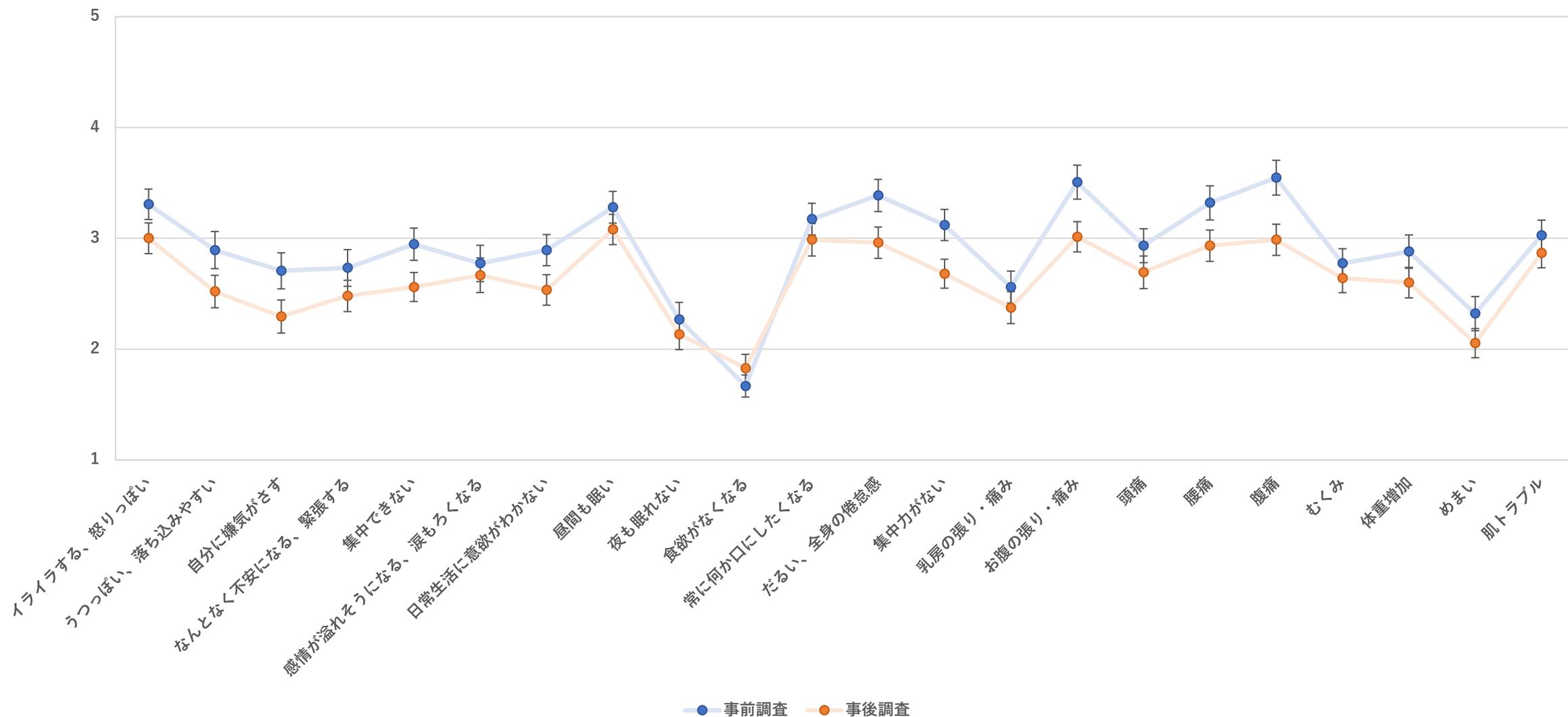
実証実験参加者の状況

高い参加率で実施中

	参加者数	事前		事後	
		アンケート	ノウセツ	アンケート	ノウセツ
PMS・生理痛	119	108	114	85	86
回収率		(91%)	(96%)	(78%)	(75%)
更年期	15	14	-	13	-

利用前後の症状の変化を計測。全体的に改善傾向の数値を確認。

症状別の変化 (n=75)



■症状改善効果トップ5

1. 腹痛
2. お腹の張り・痛み
3. 集中力がない
4. だるい、全身の倦怠感
5. 自分に嫌気がさす

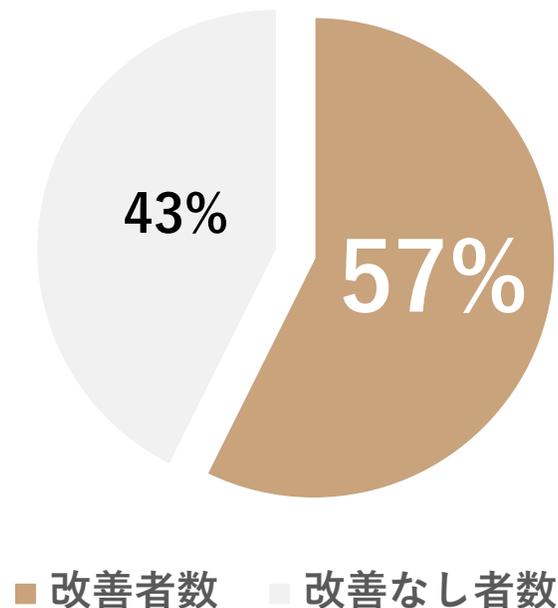
■症状変化が変わらないトップ5

1. 食欲がなくなる
2. 感情が溢れそうになる、涙もろくなる
3. むくみ
4. 夜も眠れない
5. 肌トラブル

PMS・生理痛症状について②

**PMS・生理痛の症状が生活に支障を来す時間の変化は57%が減り
平均で月に79.3時間減少しています**

対象N数	改善者数	改善なし者数	改善割合	改善者内		
				改善平均時間	改善中央値	最大減少値
75	43	32	57.3%	-79.3	-48	-312



共通指標① プレゼンティズム

WHO-HPQにて測定

絶対的プレゼンティズム、相対的プレゼンティズムにおいて改善

共通指標①

有効回答数: 82人

		Before	After
絶対的プレゼンティズム	平均値	51.71	51.71
	中央値	50.00	50.00
	改善した人数とその割合	32人 (39%)	
相対的プレゼンティズム	平均値	0.86	0.95
	中央値	0.88	1.00
	改善した人数とその割合	44人 (53.7%)	

プレゼンティズム損失コスト（金額）を算出

相対的プレゼンティズム Before 86% After 95%

※相対的プレゼンティズムが1の時を100%とした場合の割合

■Before

$$(100\% - 86\%) \times \text{総報酬年額 (平均年収461万円に設定)} = 64.5\text{万円/年/人} \dots \textcircled{1}$$

■After

$$(100\% - 95\%) \times \text{総報酬年額 (平均年収461万円に設定)} = 23.0\text{万円/年/人} \dots \textcircled{2}$$

① - ②にて41.5万円/年/人の損失コスト削減

プレゼンティズムと健康関連指標の関係式

$$(100\% - \text{WHO-HPQ相対的プレゼンティズム} \times 100) \times \text{総報酬年額}$$

1組織の結果レポートサンプル

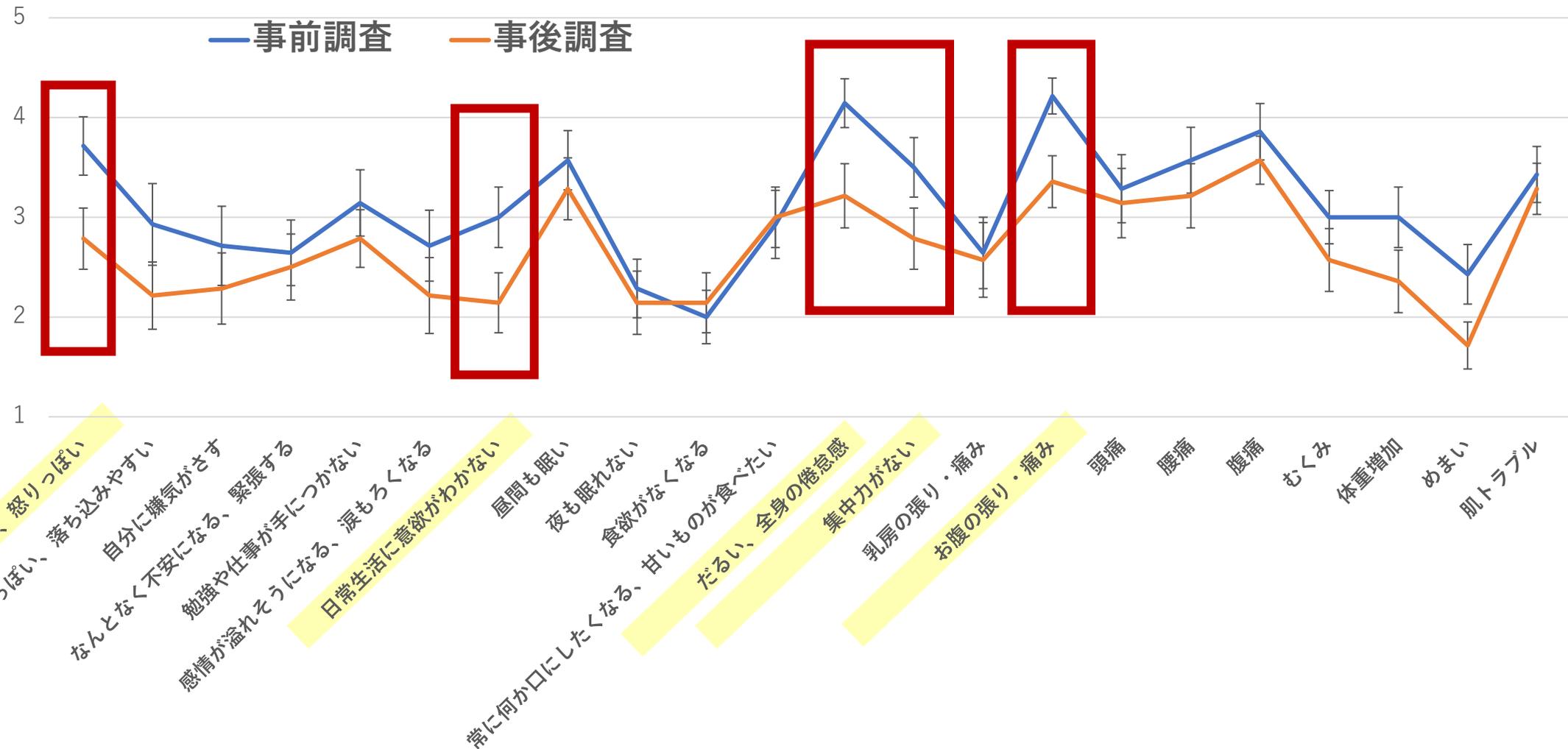
福岡県飯塚市役所のデータ

福岡県飯塚市役所での実証実験データ

	参加者数	事前		事後	
		アンケート	ノウセツ	アンケート	ノウセツ
PMS・生理痛	19	18 (95%)	19 (100%)	13 ※2/15時点 (72%)	19 (100%)
管理職			4		

PMS・生理痛症状について①

利用前後の症状の変化を計測。全体的に改善傾向の数値を確認。



■症状改善効果トップ5

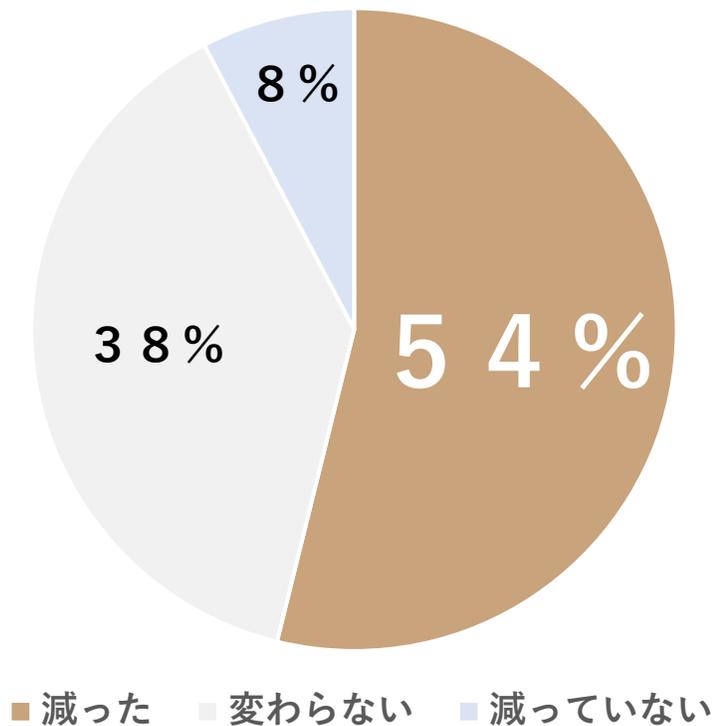
1. イライラする、怒りっぽい
2. だるい、全身の倦怠感
3. 日常生活に意欲がわかない
4. お腹の張り・痛み
5. 集中力がない

■症状変化が変わらないトップ5

1. 食欲がなくなる
2. 常に何か口にしたいくなる、甘いものが食べたい
3. 乳房の張り・痛み
4. 肌トラブル
5. 夜も眠れない

PMS・生理痛の症状が生活に支障を来す時間の変化は54%が減った

1ヶ月のうち、PMS・生理痛の症状が生活に支障を来す時間は減りましたか？



「減った」方の中で

240時間→60時間
最大180時間/月が減少

共通指標① プレゼンティズム

絶対的プレゼンティズム、相対的プレゼンティズムにおいて改善

共通指標①

有効回答数： 13人

		Before	After
絶対的プレゼンティズム	平均値	46.92	48.46
	中央値	50.00	50.00
	改善した人数とその割合	4人 (30.8%)	
相対的プレゼンティズム	平均値	0.75	0.86
	中央値	0.78	1.00
	改善した人数とその割合	7人 (53.8%)	

定性フィードバック（例）

該当者へインタビューし、ライフスタイルや症状の改善や機能性の状況を確認

【利用前】

■年代・生活リズム

起床時間 7:00 就寝時間 1:00~2:00

勤務時間 8:30~23:00

■生理痛症状

貧血からくる頭痛

整理期間中はじんわりずっと痛い

■PMS症状

イライラする

直前はとても怒りっぽい

些細な事で怒る

眠い

■対処方法

ロキソニンとかバファリン

■仕事への影響

フルタイムで仕事してるので同じコンディションで仕事で

きたら

1日目・2日目は必ずパフォーマンス低下

半日ぐらいは何も出来てないな

重い仕事は入れないようにしてきた

【利用後】

■3e-HARAMAKIの利用方法

お風呂以外は巻いていた、暑い時期でも不快なく毎日利用

■解決された悩み・感想

- ・体調もメンタルも上向き

- ・生理期間中は体調良かった

- ・安心感があり症状が悪化しない

- ・暑い日も寒い日もずっと付けてたい

- ・すごく気に入っていた

- ・頭痛もそこまで酷くならず、起きない日もあった

- ・2日目が酷かったあってもちょこっと、気配もなく

- ・PMSも安心感に包まれていた 気分も落ち込まない

■商品の良さ

- ・丈が胸元までであるのが最高

- ・ロングで上までであると安心感が凄い

- ・薄くても機能が果たせる製品が良い

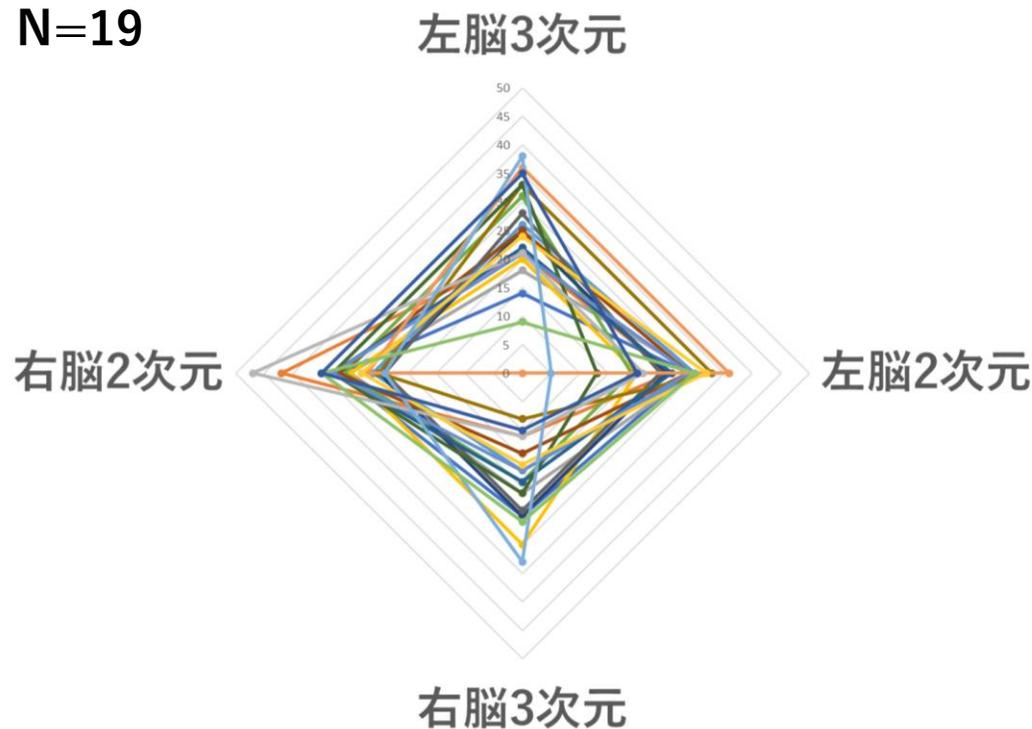
- ・洋服に響かない

- ・洗濯してもへたらない

ノウセツ 思考のクセ (1組織サンプル)

相手を中心に捉え、詳しい情報処理を行う2次元バランスであり
左脳全体&右脳2次元の優位タイプが多い傾向。
3ヶ月間では左脳3次元から左脳2次元に変化。

N=19



【組織の思考のクセ詳細】

感情をベースに過去の出来事を記憶するタイプです。物事の判断において、なぜやるのか、具体的に何をするのか、どうしたら結果に結びつくのか等合理的思考であり、プロセスと結果を両方重視する傾向があります。大きな環境の変化は望まずリスクヘッジを考慮する上で行動していくので、リスクの大きいチャレンジはせず、どちらかといえば現状維持や現実的にイメージしやすい方法を選択する傾向があります。また常に結果を求めて行動する中でも周囲の人がどんな反応をするのかどんな気持ちになるのか等、相手の立場に立った判断も考慮します。目標設定においては、1つ設定し達成までを逆算した考え方で設定すると効果的です。複数目標を掲げると全てが中途半端になってしまう可能性が高いです。

ノウセツ メンタル面の変化

3ヶ月間でのメンタル数値の改善について4つの項目で計測。
適正値もしくは数値の改善が以下の割合で確認することができました。

N=19

適正値及び改善人数適正値及び改善人数

人間脳

志の強さ、社会に役立つ生き方、感謝、ポジティブ思考

14 / 19

動物脳+

モチベーション、やる気、依存

11 / 19

ストレス耐性

克服力、忍耐力、樂觀性、決断力

7 / 19

動物脳-

不安、怒り、恐怖、感情のブレ

10 / 19

更年期症状についての検証

絶対的プレゼンティズムの伸びが大きいことが特徴的だと思われます。

社長自らのトップダウンでの指示により腹巻をちゃんと着用してくれた多く、それに伴い体調自体が改善したと考えられる。ノウセツを追加すればPMS・生理痛のようにほかの数値も改善の可能性が考えられる。

共通指標①

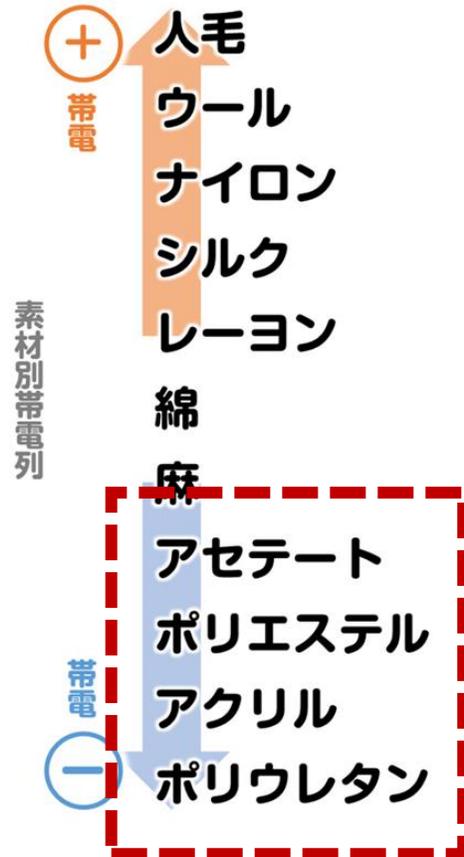
有効回答数 13人

		Before	After
絶対的プレゼンティズム	平均値	54.62	63.85
	中央値	50.00	70.00
	改善した人数とその割合	7人（53.8%）	
相対的プレゼンティズム	平均値	1.00	0.90
	中央値	1.00	1.00
	改善した人数とその割合	3人（23.1%）	

ソリューションの課題

課題 (3e-HARAMAKI)

利用方法によって効果を低減させてしまうため、直接肌に触れるとより良い



■化学繊維の帯電性の特性

化学繊維で作られたインナーウェアの上から
3e-HARAMAKIを利用している場合

創出した自由電子を奪われてしまい電気が減ってしまう

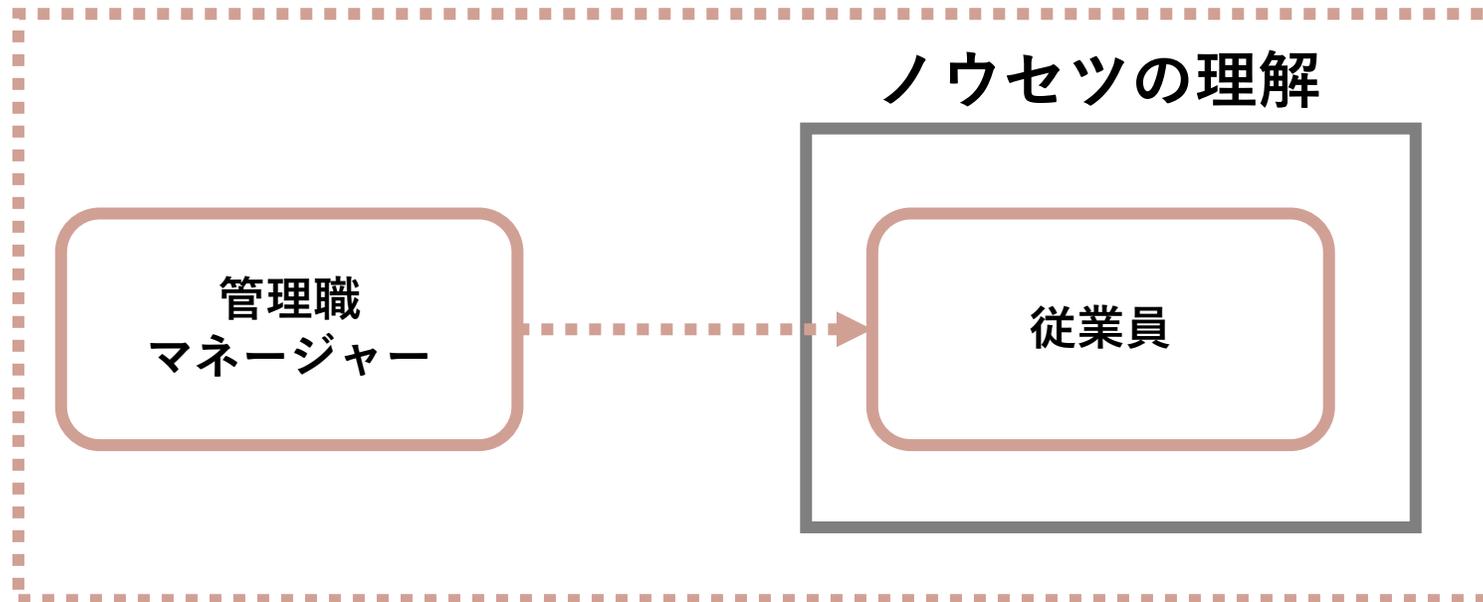
■化学繊維の導電性の特性

天然繊維の場合、体の水分を保水しますが、化学繊維の
場合保水しません。水分が導電の一つの要素のため電気を
通しにくいものになってしまい効果が落ちてしまう

課題（ノウセツ）

ノウセツによる思考のクセやメンタル状況の理解が従業員個人に留まり効果が限定
コミュニケーションを整えていくには管理職マネージャが理解しコミュニケーション
に使えるまで落とし込む必要がある

ノウセツの理解をここまで広げる



TOTONOeru

今後の事業展開

新手法の公開に向けて

海外展開を見据え、学会発表、2023年内に英文での論文化を目指します

2023年3月4日

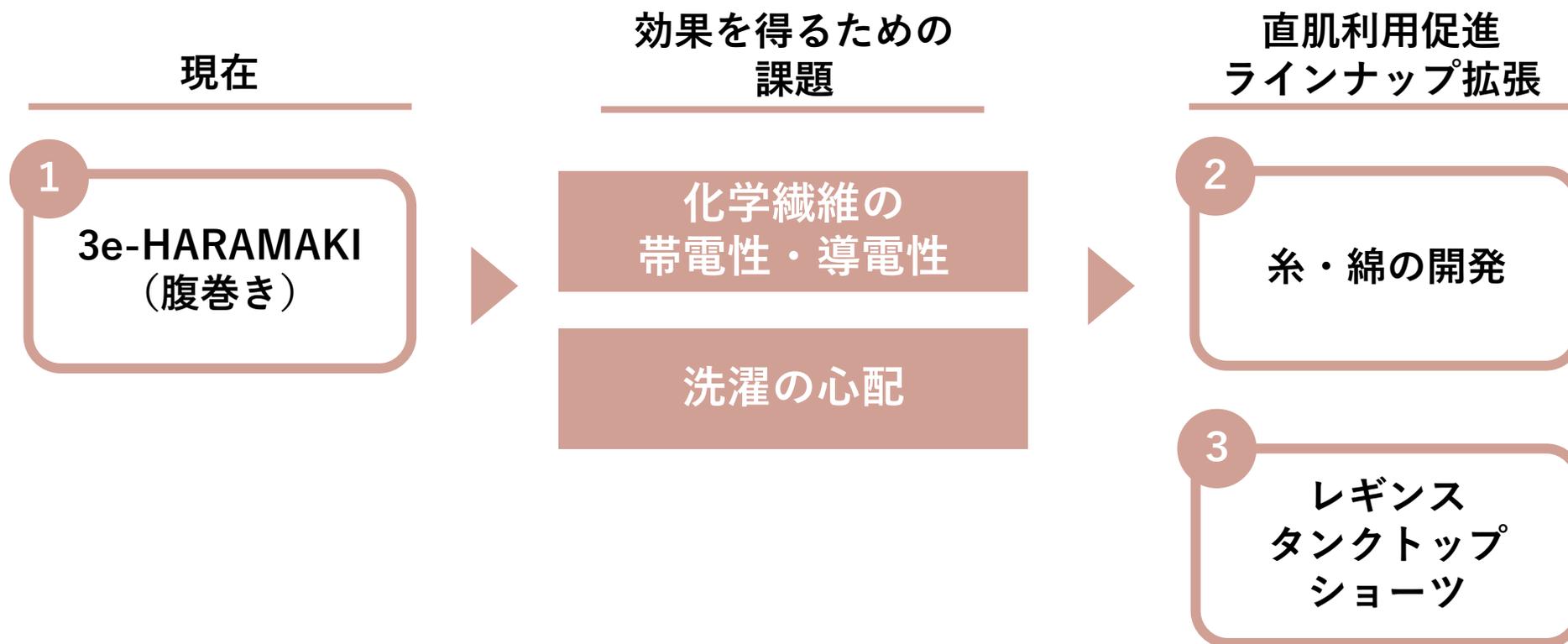
日本睡眠環境学会にて発表

2023年6月～12月

英語論文提出～査読～掲載

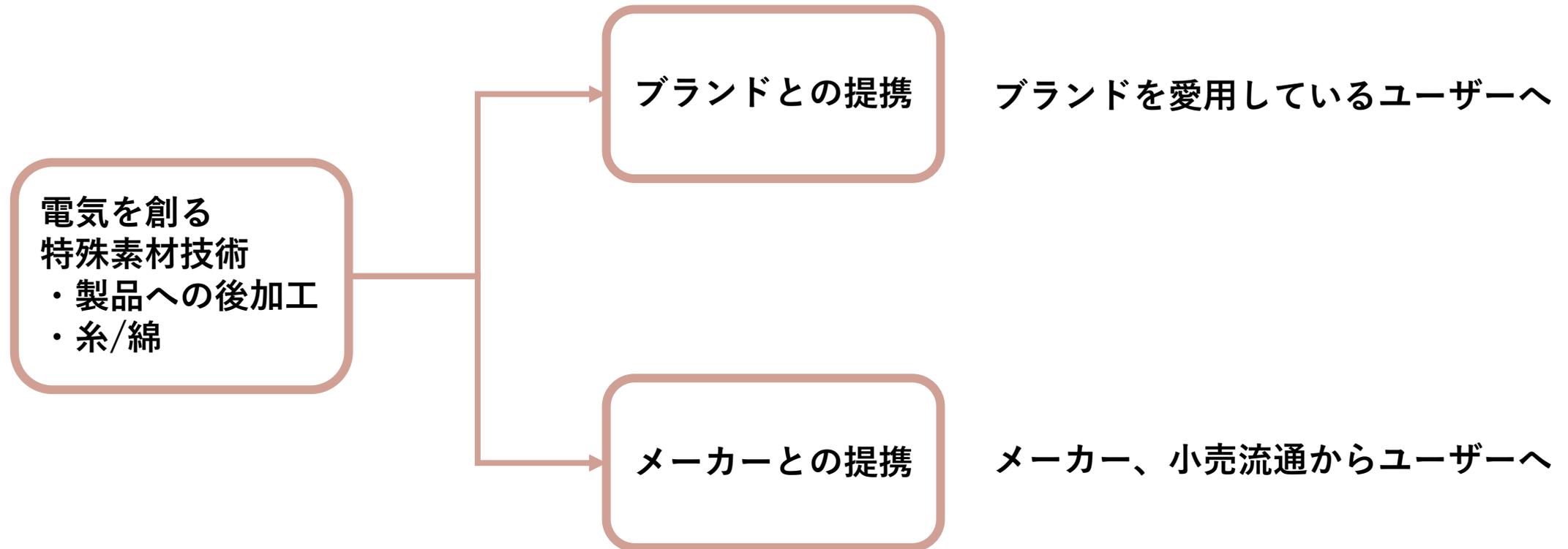
3e-の機能をより効果的に

腹巻きタイプだけではなく、直肌利用に向けてレギンスやタンクトップ洗濯耐性を付けるため機能劣化しない糸の開発を進める



より広げていくために

アパレルブランドやメーカーとの電気を創る特殊素材コラボの準備を進めます





履いている間になんとか不調をととのえる

ニオイも電気で分解、気になる汚れも電気で分解

あっというまにきれいに

気にならない、気にしないをつくる

楽にずっと着てられる レギンス

ノウセツをよりチーム活性化に

情報へのアプローチがしやすいダッシュボード環境と研修サービスを準備

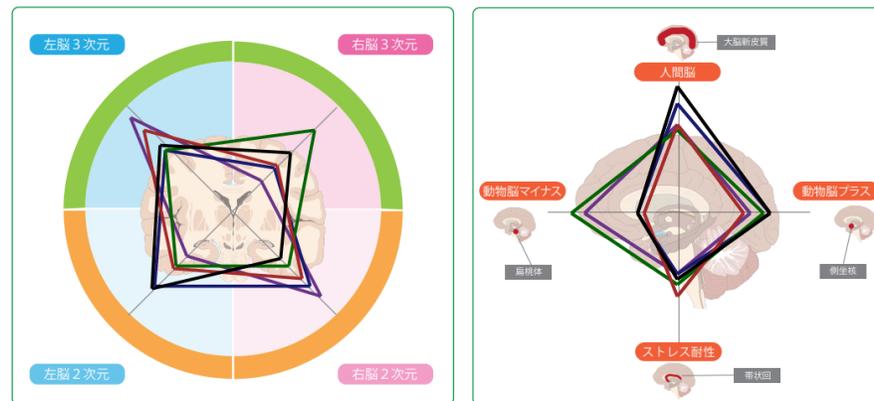
Webダッシュボード

研修メニュー

ノウセツ比較表

脳タイプ

脳活用度



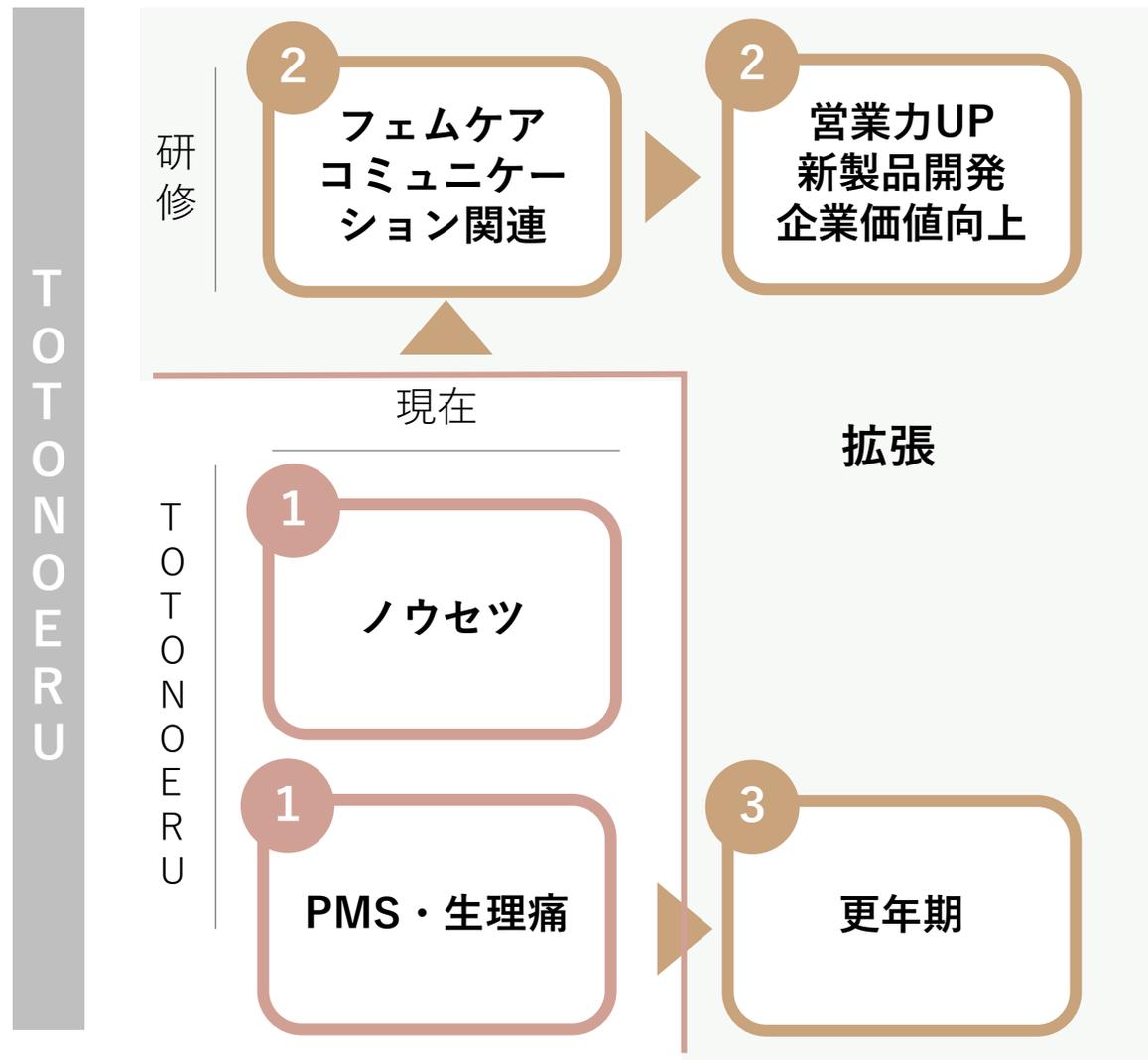
アカウントID	氏名	左脳3次元	右脳3次元	左脳2次元	右脳2次元	人間脳	動物脳マイナス	動物脳プラス	ストレス耐性
USR50856	ベリテ 太郎	38	13	17	33	67	70	55	46
USR50858	Suzuki Junichi	25	18	29	29	83	30	70	46
USR50861	Nishi Hirokazu	25	33	21	21	63	80	65	54
USR50865	Zhu Yunna	33	19	22	26	67	25	50	63
USR50862	Maharjan Sumar27	24	30	18	18	96	30	70	50

社員の脳と話そう。



- ・マネジメント研修
- ・チームビルディング研修
- ・営業力UP研修

女性の働く環境をととのえる対象を拡張し、企業価値向上の支援を進めていく



2 企業価値向上に向けて

- ✓ ノウセツを活用した適正マネジメント
- ✓ 営業力UPの研修により売上UP
- ✓ 新規事業開発によりモチベーションUP

3 健康課題解決範囲を広げる

- ✓ 更年期症状へも対応
- ✓ 管理職女性の活躍を促進

秋田県庁におけるヘルスケアビジネス創出の取組みにて秋田県内研修企業と企画。
2023年5月から秋田県内企業にて実証実験を実施予定。（2023年4月頃確定予定）

向かう方向
を伝える



体調と思考の
向きを整える

B E  W I T H

人を育てる研修専門会社
株式会社ビー・ウィズ

(秋田県内企業)

TOTONoeru

前向きな時間にととのえる

株式会社天煌堂
株式会社actor

秋田県庁

人とチームと企業を 前向きにととのえていきます

天煌堂

ACTR

