

報道関係者各位

2025年6月16日

BHQ株式会社

株式会社エイジェック

株式会社スポーツ科学

一般社団法人ブレインインパクト

脳の健康を活用した人材育成サービスに関する協業開始

～『クイック BHQ ドック』×『アローズラボ』による
優秀人材の発掘及びその育成サービスのトライアル提供～

BHQ株式会社（埼玉県さいたま市、代表取締役：川森 雅仁、以下 BHQ 社）と株式会社エイジェック（東京都新宿区、代表取締役社長：古後昌彦、以下エイジェック）及びエイジェックグループの株式会社スポーツ科学（東京都千代田区、代表取締役社長：小池康之、以下スポーツ科学社）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）監修のもと、脳の健康を活用した人材育成サービスに関する協業を開始します。仕事のパフォーマンスが高い優秀人材の発掘及びその育成を、脳の健康の観点から進めることで、即戦力の確保や業務効率の向上への貢献を目指します（図1）。



図1：協業イメージ

■協業開始の背景・目的

脳の健康と仕事のパフォーマンスに関する研究

ブレインインパクトでは、脳の健康状態を知ることができる国際標準規格 BHQ（Brain Healthcare Quotient）を活用して、脳の健康と仕事のパフォーマンスに関する研究を進めてきました。これまでの研究から、仕事のパフォーマンスに深く関与しているといわれる従業員のウェルビーイングと関わる指標である「幸福感」「働きがい」「意欲」「根気」「好奇心」「共感」などの心理状態と、BHQ は密接に関連することが明らかになっています¹⁾。また、疲労を感じている人の BHQ は低下していること、そこにストレスが加わるとさらに低下する傾向にあることも示されています²⁾。このことは、BHQ を高めることで、ストレス耐性を高め、ウェルビーイングを向上させ、パフォーマンスを高められることを示唆しています。これらの研究成果を踏まえ、最近では保険会社様の協力を得て、営業部門の従業員を対象とした実証研究も進めており、職場での BHQ を高める行動（脳の健康行動）が、従業員のストレスによるメンタルヘルスの低下抑制につながる可能性があることが示唆されています³⁾。また、新しい環境でストレスにさらされる可能性が高いシリコンバレー周辺在住の日系駐在員に対し、BHQ を高める行動を実践してもらうことで、異文化理解などを通じて、仕事のパフォーマンスが向上する可能性があることも明らかになっています⁴⁾。

このような背景を踏まえ、BHQ 社とエイジエックグループでは、エイジエック社員を対象として、実際に仕事のパフォーマンスが高い人とそうでない人とで、脳の健康状態や脳の健康行動の実践度などのような違いがあるのかの調査を行いました。これによって、従来の評価やスキル測定とは異なる「BHQ（脳の健康）」という新たな視点で、仕事のパフォーマンスが高い人材を発掘・育成できる新たな可能性が得られると考えます。

エイジエック社員を対象とした脳の健康と仕事のパフォーマンスの関係性の調査

調査は、エイジエックグループの管理職と一般社員を対象に行いました。一般的に管理職は、経験や知識が豊富で、判断力や責任感も高いことから、一般社員より仕事のパフォーマンスが高いと考えられています。そのため、管理職と一般社員の脳の健康状態及び脳の健康行動の実践度を比較することで、脳の健康と仕事のパフォーマンスの関係性の違いを分析しました。

調査には管理職（役員を含む）51%、一般社員（契約社員・派遣社員含む）49%、460 名が参加し、BHQ 社が提供するサービス『クイック BHQ ドック』の測定と脳を健康にする BHQ Actions の実施状況に関する質問を行いました。クイック BHQ ドックは、パナソニックホールディングス プロダクト解析センターからアルゴリズムを提供され、BHQ 社がサービス展開しているものであり、脳の健康状態を手軽に測定することが可能です（図 2）。また、BHQ Actions とはブレインインパクトが作成した、楽しく無理なく脳を健康にするための 7 カテゴリー 18 の行動指針であり、各カテゴリ（健康管理・運動・社会生活・食事・睡眠休息・学習・環境）の実践状況についてアンケートにて聞いています。

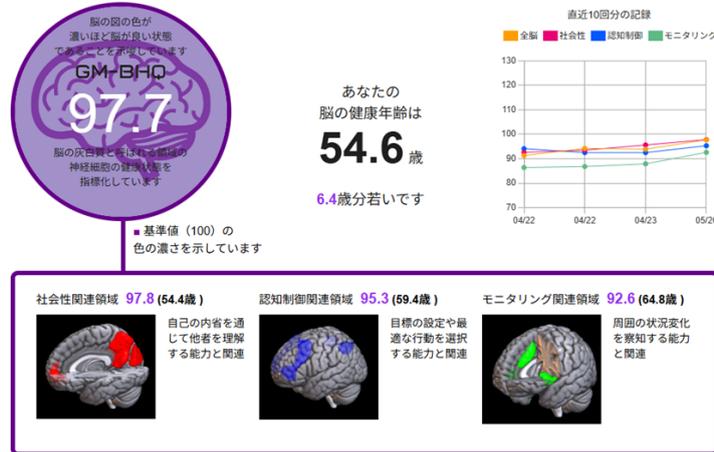


図 2 : クイック BHQ ドックレポートイメージ

分析の結果、管理職と一般社員では脳全体の健康状態に差はありませんでしたが、脳科学者が社会活動で重要と考えている『社会性脳領域』、『認知制御脳領域』、『モニタリング脳領域』において、管理職は一般社員よりも脳が健康であることがわかりました。中でも、物事を論理的に判断したり、仕事の計画を立てたりする際に使われる脳領域である『認知制御脳領域』における健康状態の差が最も大きい結果となったことから、仕事のパフォーマンスと認知制御脳領域の健康は深く関連しており、仕事のパフォーマンスが高まるには（パフォーマンスが高まりその結果として管理職になるためには）、認知制御脳領域の健康度が高まるのが重要だといえます。（図 3）

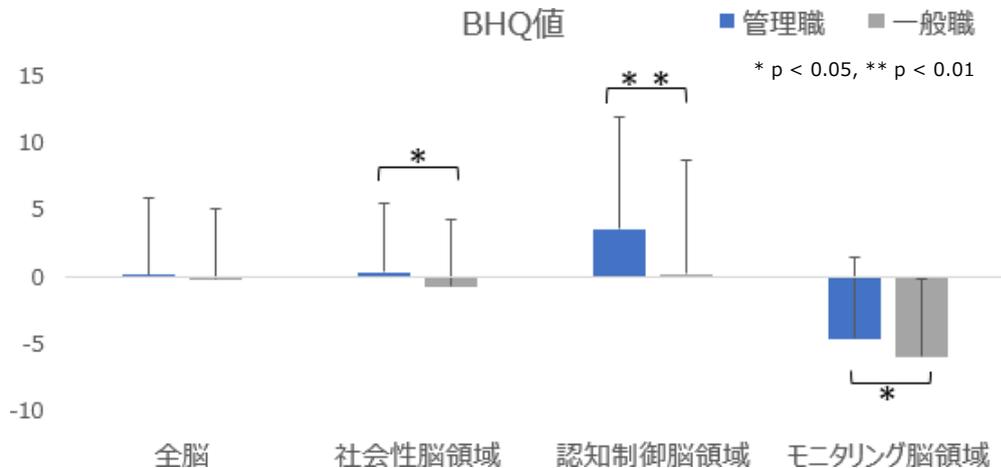


図 3 : 管理職と一般職の年齢を調整した BHQ値 の差

一方、脳にいい行動 BHQ Actions の実践状況と脳の健康状態の関係性を分析したところ、認知制御脳領域を高め、仕事のパフォーマンスを高めるためには、社会性脳領域とモニタリング脳領域の健康度を上げる必要があること、また、社会性脳領域を高めるためには「社会生活」に関する行動が、モニタリング脳領域を高めるためには、「健康管理」と「環境」に関する行動が重要であることがわかりました。加えて、それらの活動を高めるためには、特に「運動」と「食事」が重要であることもわかりました。（図4）

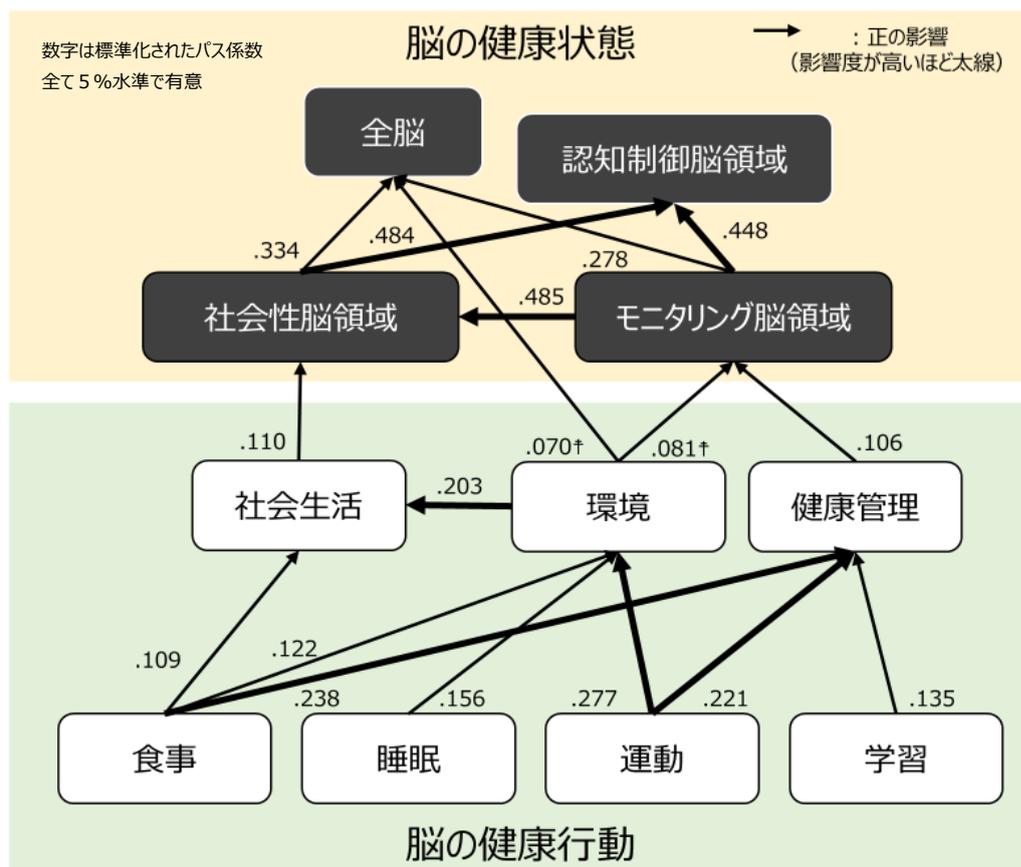


図4：脳の健康と BHQ Actions の関係性

このことから、認知制御脳領域の健康度を高め、仕事のパフォーマンスを高めるためには、脳の健康行動として特に、「社会生活」「健康管理」「環境」「運動」「食事」を実践すると良く、従業員がこれらの行動を実践できるようにサポートすることが重要であることが示唆されます。

今回の調査を通して、クイック BHQ ドックを活用することで、仕事のパフォーマンスが高い人材を脳の健康の観点から発掘できる可能性があること、また、「社会生活」「健康管理」「環境」「運動」「食事」といった脳の健康行動を従業員に提供することで、仕事のパフォーマンスを高めるための育成サポートができることがわかりました。そのため、BHQ 社とエイジックグループでは脳の健康を活用した人材育成サービスに関する協業を開始する道筋が得られました。

■ 協業によって進めること

BHQ 社が提供する、脳の健康状態をスマートフォンやパソコンで手軽に計測できる WEB アプリ『クイック BHQ ドック』を用いて、エイジェックはパフォーマンスが高い優秀人材を採用・発掘を目指します。また、「運動」を中心に、「社会生活」「健康管理」「環境」「食事」といったコンテンツを提供しているスポーツ科学が運営するフィジカル健診センター『アローズラボ』のサービスを提供することで（図5）、脳の健康を高め仕事のパフォーマンスを高めるための人材育成を科学的に進めていく予定です。これによって、即戦力の確保や業務効率の向上への貢献を目指します。

エイジェックグループ フィジカル健診センター『アローズラボ』版 BHQ Action

<p>フィットネスドック アローズラボによる 身体組成、視力、筋力、持久力の検査</p>  	<p>DIDIM AR式室内運動プラットフォーム“DIDIM”を 活用した有酸素トレーニング</p>  	<p>ゴールドラッシュ 様々な人と交流し笑顔や元気になる ゴールドラッシュのチャダンス</p>  
<p>ランドマーク アローズラボがある 三越のカフェ&レストラン“ランドマーク”</p>  	<p>無添加食品 オカラテクノロジーが提供する 低糖質で食物繊維タップリのおから食品</p>  	<p>nishikawa 睡眠ラボ 最新の睡眠科学を取り入れた “西川”のヘルシーマットレス&ヘルシーピロー</p>  
<p>アクアチタン浴カプセル “ファイテン”のアクアチタンと癒しの光で包まれる 新感覚のリラクゼーションカプセル</p>  	<p>アローズフラチナム アローズラボで あなたに合ったトレーニングの仕方を学習</p>  	

図5：アローズラボが提供する BHQ Actions 例

■ お問い合わせ先

BHQ プロジェクト事務局

E-Mail : bhq_contact@bi-lab.org

※エイジェック側に関するお問い合わせは、株式会社スポーツ科学までお願いします。

参考文献

- 1) ・Kokubun K, Nemoto K, Yamakawa Y.(2022). Brain conditions mediate the association between aging and happiness. Scientific reports, 12(1),1-15.
・Kokubun, K, Ogata, Y, Koike, Y, & Yamakawa, Y. (2020). Brain condition may mediate the association between training and work engagement. Scientific Reports, 10(1), 1-13.
・Kokubun K, Yamakawa Y, Nemoto K. (2022) The link between the brain volume derived index and the determinants of social performance. Current Psychology, 1-13.
・Kokubun, K., Yamakawa, Y., & Hiraki, K. (2020). Association between Behavioral Ambidexterity and Brain Health. Brain Sciences. Brain sciences, 10(3), 137.
 - 2) Kokubun, K., Nemoto, K., Oka, H., Fukuda, H., Yamakawa, Y., & Watanabe, Y. (2018). Association of fatigue and stress with gray matter volume. Frontiers in behavioral neuroscience, 12, 154.
 - 3) 生命保険会社の従業員向けに脳の健康測定と職場版 BHQ Actions の実践状況を調査（2024 年 10 月 2 日）
https://www.bi-lab.org/news/20241002_sompo
 - 4) Kokubun, K., Nemoto, K., Yamakawa, Y. (2025). Expatriates' cultural intelligence mediates the relationship between lifestyle and performance: A cross-sectional analysis and a longitudinal pilot study. Brain and Behavior. in press~
-

◇BHQ 株式会社 (<https://www.bhq.co.jp/>)

脳の健康管理指標である BHQ を誰もが簡単に使えるためのプラットフォームを提供すると共に、BHQ Actions に基づいて、様々なライフスタイルによって楽しみながら脳の健康維持増進ができることを目指しています。

◇株式会社エイジェック (<https://www.agekke.co.jp/>)

「人材の総合プロデュース企業」として、人と企業を総合的にサポートしています。人材事業から専門技術分野まで、幅広い事業領域でワンストップサービスをご提供します。

◇株式会社スポーツ科学 (<https://www.sports-science.co.jp/>)

最先端のスポーツ科学による検査・分析・評価を行う施設「アローズラボ」、子どものための科学トレーニング塾「アローズジム」を中心に、スポーツサイエンスの研究・開発を中心に事業を展開しています。

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

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。今回の研究成果を活用し、脳科学研究の振興及び研究成果の社会への還元をより一層進めていく予定です。