報道関係者各位

2025年7月7日

BHQ株式会社

一般社団法人ブレインインパクト

医療・ヘルスケア分野に特化した国際見本市「Japan Health」 ジェトロ・パビリオンに「クイック BHQ ドック」を展示

BHQ 株式会社（埼玉県さいたま市、代表取締役：川森 雅仁）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）監修のもと、国際標準規格である脳の健康指標「BHQ」に関する可視化技術を用いた「クイック BHQ ドック」を、2025年6月25日から27日までインテックス大阪で開催された「Japan Health」（主催：Japan Health 実行委員会）ジェトロ・パビリオンに出展いたしました（図1）。

今回展示されている「クイック BHQ ドック」には、新しくパーソナライズ機能が追加されました。これにより、測定結果（自分の脳の状態）に合わせて、4つのBHQ Actionsの中から最適な行動がおすすめされるようになり、以前よりも自分に合った行動を簡単に選べるようになりました（おすすめのBHQ Actionsの事例は別紙）。

本展示会は EXPO2025 大阪・関西万博の「健康とウェルビーイングウィーク」と連動し、国内外の医療・ヘルスケア業界関係者が一堂に会する国際見本市として、初開催ながら大きな注目を集めました。

当社は、医療機器・ヘルスケア関連製品の海外展開を目指す日本企業40社の一員として、ジェトロ・パビリオンに参加し、自社の最新技術および製品を国内外のバイヤーや業界関係者に広く紹介いたしました。今回の出展では、特にアジア・欧米・オセアニアなど12カ国から招へいされた15社の海外バイヤーとのビジネスマッチングや個別商談の機会を積極的に活用し、グローバル市場への新たな販路開拓を図りました。

A Brain-Delighting Lifestyle Based on BHQ (H.861.1)

～国際標準の『脳の健康指標BHQ』を用いた脳が喜ぶ生活の実現～

京都大学経営管理大学院ブレインヘルスケア・ビジネスエコシステム寄附講座

BHQ estimation from facial expressions or other devices
(表情からのBHQ推定 (京大、パナソニック、BHQ) 及びスマートウォッチ・グラス、採血、肌からの推定)

Brain age can be estimated by making 4 facial expressions for 5s. Possible from other devices (カメラ付きネット端末を使って、4つの表情を5秒間作ると、1分後に脳年齢が判明。その他のデバイスからも推定が可能)

BHQ mediation between mind and lifestyle

(BHQが示す認知や心の状態及び、BHQに影響を及ぼす体やライフスタイル)

Cognitive function 認知機能	Memory 記憶力	Overweight メタボ	high blood sugar 高血糖
Motivation 意欲	Cognition & Mind (頭や心の状態)	Lack of sleep 睡眠不足	Meat-based diets お肉中心の食生活
Empathy 共感性		Sedentary 座りすぎ	
Happiness 幸福感	Curiosity 好奇心	Uncomfortable housing 不快な温熱環境	
Work Engagement 働きたい	Grid 根気	Living alone 1人暮らし	Lazy life on holidays 休日のガラガラ生活

BHQ utilization for public services, EAP, R&D, marketing

(住民向け行政サービス、企業の健康経営、自社製品評価、顧客との関係構築などへのBHQ利用)

Supporting residents' physical and brain health 住民の身体と脳の健康サポート	Improving employee well-being 従業員のWell-being向上	Evaluating Products for Better Brains 脳を良くする製品の研究開発	Building relationships with customers 顧客との継続的な関係構築
---	---	--	---

図1 展示内容 (パネル)

【クイック BHQ ドック】

- ・クイック BHQ ドックは、スマートフォンやパソコンのカメラで 4 パターンの表情を撮影し、撮影した表情データから BHQ（脳の健康状態指標）を推定します。
- ・計測は約 2 分で完了し、従来の MRI を用いた「BHQ ドック」（30 分～1 時間、費用高）に比べて大幅な低コスト・短時間を実現しています。
- ・毎日でもセルフチェックが可能です。
- ・計測結果は「クイック BHQ ドックレポート」として即時表示されます。
- ・脳の健康を高めるための具体的な行動提案「BHQ Actions」もレポート内で提示され、すぐに実践できる健康行動を知ることができます。

■お問い合わせ先

BHQ プロジェクト事務局

E-Mail : bhq_contact@bi-lab.org

【関連情報】

◇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。

◇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。

◇「Japan Health」ジェトロ・パビリオンについて (<https://japanhealthonline.com/>)

「Japan Health」ジェトロ・パビリオンは、日本貿易振興機構（ジェトロ）が、大阪・関西万博の「健康とウェルビーイングウィーク」に連動した国際見本市「Japan Health」において、海外展開を目指す日本企業を支援するために設置するパビリオンです。このパビリオンでは、日本の優れた医療機器、福祉・介護機器、ヘルスケア関連製品などが紹介され、海外バイヤーとのビジネスマッチングが行われました。

【別紙】

結果(自分の脳の状態)に応じて提示される4種類のBHQ Actions

【脳全体を改善・強化するのが良いあなたの脳におすすめのBHQ Actions】

全脳、社会性脳、認知制御脳、モニタリング脳の中で、「全脳」を上げるのが良いでしょう

脳全体を改善・強化するのが良いあなたの脳に、おすすめの【運動】と【休息】を紹介します

<p>仕事の時におすすめの【運動】</p> <p>出勤や外回りに行く時も自分にとって良い運動になると思えば脳は良くなります</p> <p>BHQエコシステム研究を通じて 仕事中に正しい姿勢で歩いているかを確認しましょう</p>	<p>プライベートでおすすめの【運動】</p> <p>今までにやったことのないスポーツを始めると脳は元気になります</p> <p>BHQエコシステム研究を通じて オンラインフィットネスを始めるのもよいでしょう</p>
<p>仕事の時におすすめの【休息】</p> <p>職場にいても、同僚とちょっとしたおしゃべりで気持ちを休めてみましょう</p> <p>仕事の合間でも 昼寝（パワーナップ）は脳をリフレッシュできます</p>	<p>プライベートでおすすめの【休息】</p> <p>ゆっくりお風呂に入って日々の疲れを癒してストレスをリリースしましょう</p> <p>BHQエコシステム研究を通じて ねむり応援団を試してみるのもよいでしょう</p>

英語版

It would be better to raise the 'whole brain'.

We will introduce you to recommended exercise and rest.

<p>Recommended exercise for work</p> <p>It will be better for your brain if you think of it as a good exercise when you go to work.</p>	<p>Recommended exercise for private</p> <p>Your brain will be energized if you take up a sport you've never played before.</p>
<p>Recommended rest for work</p> <p>Power naps can refresh your brain even between jobs.</p>	<p>Recommended rest for private</p> <p>Let's take a relaxing bath to relieve daily fatigue and release stress!</p>

【社会性脳を改善・強化するのが良いあなたの脳におすすめの BHQ Actions】

全脳、社会性脳、認知制御脳、モニタリング脳の中で、「**社会性脳**」を上げるのが良いでしょう

社会性脳を改善・強化するのが良いあなたの脳に、おすすめの【**社会生活**】を紹介します

仕事の時におすすめの【社会生活】

職場での仕事に関する会話も会議での発言も脳には効果的なコミュニケーションです

営業活動も提案活動もいやいや感じず楽しいと思うと脳の栄養になります

他の部門や他の会社とのコラボレーションも脳を活性化させます

KOKUYO BHQエコシステム研究を通じて社会に開かれたオフィスを体験してみましょう

プライベートでおすすめの【社会生活】

パートナーとの十分なコミュニケーションは脳を良くする基盤です

子どもや孫などの世代を超えた会話は脳に良い刺激になります

異文化交流に挑戦してみると新たな脳の可能性が広がります

いままで行ったことのないボランティアや地域活動に参加してみましょう

英語版

It would be better to raise the '**social brain**'.

We will introduce you to recommended **Social life**.

Recommended Social life for work

Conversations at work and speaking up at meetings are both effective forms of communication for the brain!

Collaboration with other departments and other companies also stimulates the brain.

Recommended Social life for private

Enough communication with your partner is the foundation for a better brain.

Trying cross-cultural exchange opens up new brain possibilities!

【認知制御脳を改善・強化するのが良いあなたの脳におすすめの BHQ Actions】

全脳、社会性脳、認知制御脳、モニタリング脳の中で、「**認知制御脳**」を上げるのが良いでしょう

認知制御脳を改善・強化するのが良いあなたの脳に、おすすめの【学習】を紹介します

仕事の時におすすめの【学習】

面倒だと思いがちな会社の情報システムに慣れることも脳に良いと思うと良い学習です

仕事で必要になるような英語などの語学学習も脳を良くするチャンスです

慣れない仕事でもその中に新しい学びを見つけられれば脳が良くなります

GLOBIS 学び放題 BHQエコシステム研究を通じてオンライン学習を体験してみましょう

プライベートでおすすめの【学習】

ジャンルを問わず本を読むのはやっぱり脳に良いようです

今までやったことのない楽器などにチャレンジするのは脳に良い学習になります

絵を描くことに挑戦したり陶芸や園芸、農業体験など学びはどこにでもあります

美術館や博物館にいつてみるのも学習になり脳を活性化します

英語版

It would be better to raise the '**cognitive control brain**'.

We will introduce you to recommended **Learning**.

Recommended Learning at work

It's also a good learning experience for the brain to get used to a company's information system, which is often thought of as a bother.

If you can find new things to learn in it, even if it's unfamiliar work, your brain will improve.

Recommended Learning at private

Learning is everywhere, from the challenge of painting, to pottery, gardening, farming, and more!

Visiting art galleries and museums is also a great way to learn and activate your brain.

【モニタリング脳を改善・強化するのが良いあなたの脳におすすめの BHQ Actions】

全脳、社会性脳、認知制御脳、モニタリング脳の中で、「**モニタリング脳**」を上げるのが良いでしょう

モニタリング脳を改善・強化するのが良いあなたの脳に、おすすめの【環境】を紹介します

仕事の時におすすめの【環境】

仕事をする時に温度や明るさに気を配り快適な環境にすると脳は良くなります

仕事をする場所にも綺麗なもの美しいものが目に入るようにすると脳がリフレッシュします

オフィスにも観葉植物などの自然のものをおいてもらいましょう

Kawaii BHQ研究を通じてオフィスでもKawaiiに触れるようにしてみましょう

プライベートでおすすめの【環境】

昼間は日当たりの良い所で過ごし夕方には照明を暗くすると脳には良いと言われています

都市に住んでいる人はたまには自然に触れると脳はリラックスできます

庭に緑や家の中に花など美しいものが周りがあると潤いがうまれます

犬や猫、小鳥、ウサギなど動物が家にいる環境は脳が元気になります

英語版

It would be better to raise your '**monitoring brain**'.

We will introduce you to recommended **Environment**.

Recommended environment at work

Your brain is better when you work in a comfortable environment, paying attention to temperature and brightness.

It refreshes my brain to see beautiful and kawaii things in the place where I work!

Recommended environment at private

If you live in a city, your brain can relax when you get in touch with nature once in a while.

The environment of having animals such as dogs, cats, birds, rabbits, etc. in the home energizes the brain.