

## 課題名 音楽が母子の睡眠導入に与える影響 -心地よい音楽は睡眠導入時間を短縮するか-

### 技術シーズの概要

子育て中のママ・パパは、子どもの寝かしつけが原因で乳幼児と共に長期にわたり睡眠不足に悩まされています。また、コロナ禍で育児ストレスの急増が研究報告されています。本プロジェクトでは音楽と母子の睡眠導入の関係を明らかにし、科学的根拠が示された音楽コンテンツで睡眠マネジメントを支援、子育てママ・パパの睡眠不足を解消します。現在音楽は芸術として認知されていますが、人の行動を変えるツールとしての新しい価値を提供します。

### ビジネスモデル(申請時)

子育てママ・パパを対象としたBtoCからスタートし、保育園をターゲットとしたBtoBへと拡大します。BtoCでは、エンドユーザーへアプリ提供する代わりに毎月利用料を徴収するサブスクリプションモデルを検討します。



### 活動計画(申請時)

科学的エビデンスの構築およびスマートフォンアプリの開発を行います。

#### 【科学的エビデンス】

- 研究1: 音楽鑑賞と眠気の実験
- 研究2: 音楽が母子の睡眠導入に与える影響の検証 (予備実験)

#### 【アプリ開発】

AIによるパーソナライズ化を見込んで設計  
コンテンツ以外の部分の完成を目指す

