

<渋谷に“超集中ルーム”が7日間の期間限定で登場！>

ルーチン業務からクリエイティブな作業まで！五感を刺激する特別な“集中ルーム”
「冴えるーむ (ROOM) ～聴くだけで記憶と集中力アップ？～」

「SHARE LOUNGE Olive LOUNGE 渋谷」で3月3日 (耳の日) よりオープン！

金町駅前脳神経内科 内野医師 「ガンマ波サウンドで集中力アップ！作業時間の短縮にも期待！」

「SHARE LOUNGE Olive LOUNGE 渋谷 (東京都渋谷区宇田川町 20-2 西武渋谷店 B 館 2F)」では、音声を 40Hz に変調した「ガンマ波サウンド」を聴くことができるテレビスピーカー「kikippa」を導入した特別な集中ルーム「冴えるーむ (ROOM) ～聴くだけで記憶と集中力アップ？～」を3月3日 (月) の「耳の日」～3月9日 (日) の7日間、期間限定で会議室を無料開放します。



「冴えるーむ (ROOM) ～聴くだけで記憶と集中力アップ？～」は、テレビスピーカー「kikippa」を導入し、「ガンマ波サウンド」が流れる特別仕様の空間で、集中して勉強・仕事・作業に取り組むことができます。さらに、記憶と集中力を高めるための五感を刺激する仕掛けを設置しています。

聴覚：テレビスピーカー「kikippa」の導入

視覚：青・赤・黄を基調とした視覚刺激コンテンツの投影

触覚：大きな落書き帳の設置。

ハーバード大生も行っているという「Doodling while learning (落書き勉強法)」を行える

味覚：高カカオチョコレートの提供

嗅覚：ラベンダーアロマおしぼりの提供

期間中は、通常、1時間6,000円の完全予約制会議室 (ROOM A) を、期間中に限り1時間無料でご利用いただけます。利用希望の方は、店頭での受付で申請のうえ、1時間までご利用可能です。

ぜひ、この機会にガンマ波サウンドが流れる「kikippa」を導入した特別な集中ルーム「冴えるーむ (ROOM) ～聴くだけで記憶と集中力アップ？～」を体験してください。

■「冴える一む (ROOM) ～聴くだけで記憶と集中力アップ?～」概要

- ・開催期間：2025年3月3日(月)～3月9日(日) 7:00～22:00
- ・場所：SHARE LOUNGE Olive LOUNGE 渋谷 会議室 (ROOM A)
(〒150-0042 東京都渋谷区宇田川町 20-2 西武渋谷店 B 館 2F)
- ・利用方法：利用希望者は店頭受付で申請。利用時間は1時間まで。

■「五感」を刺激する5つの演出

①「聴覚」

音声を40Hzに変調した「ガンマ波サウンド」を聴くことができるテレビスピーカー「kikippa」を導入。「ガンマ波」と呼ばれる40Hz前後の脳波は、記憶や集中力に関係しており、加齢などにより弱まることが報告されています。



②「視覚」

長時間集中できる青、短時間集中できる赤・黄色と集中力アップをする配色のコンテンツの投影で、視覚を刺激。



③「触覚」

ハーバード大生も行っているという話題の勉強法「Doodling while learning (落書き勉強法)」なども行えるように大きな落書き帳を設置。



④「味覚」

脳疲労の改善や予防に役立つ効果が期待される、高カカオチョコレートを提供。チョコレートを食べてもうひと踏ん張り！



⑤「嗅覚」

リラックス効果や自律神経の調整を促し、集中力を高める効果が期待できるラベンダーのアロマオイルを配合した香り付きのおしぼりを提供。リラックス効果にも！



※①の「kikippa」以外画像はイメージ画像となり、実際に提供される内容とは異なります。

■金町駅前脳神経内科 内野勝行 医師のコメント



マサチューセッツ工科大学の研究では、40Hzに変調した「ガンマ波サウンド」が脳内のガンマ波を誘発し、アルツハイマー病の指標となるアミロイドβタンパク質の低減や、認知機能の改善につながる可能性が示されています。ガンマ波サウンドが流れる環境下では集中力が高まり、仕事や勉強の効率が大幅に向上します。雑念が減ることでタスクに没頭しやすくなり、ルーチン業務やクリエイティブな作業もスムーズに進みます。例えば、通常1時間かかる作業時間が短縮され、30分くらいで終わるといった高い成果を出すことも可能かもしれません。脳の活性化によって思考がクリアになりアイデアも出るようになります。作業スピードが向上しミスやストレスの低減にもつながるでしょう。特に、単調な事務処理やデータ入力のような業務もスムーズにこなせるようになり、負担を減らすことができます。ガンマ波サウンドの効果で集中力を維持しながら快適に仕事ができるため、作業効率が高まり生産性の向上が実現します。もうガンマ波なしには居られなくなる、そんな体験を是非体感してください。

■ SHARE LOUNGE Olive LOUNGE 渋谷 概要

店舗名 SHARE LOUNGE Olive LOUNGE 渋谷
住所 東京都渋谷区宇田川町 2 0 - 2 西武渋谷店 B 館 2F
営業時間 7:00~22:00
面積 135 坪
席数 125 席



■ 「kikippa」について

「kikippa」は、テレビなどの音声に独自のアルゴリズムによる 40Hz 変調を施した「ガンマ波サウンド」に加工し出力するスピーカーです。

「ガンマ波」と呼ばれる 40Hz 前後の脳波は、記憶や集中力に関係しており、加齢などにより弱まることが報告されています^{*1}。kikippa のガンマ波サウンドも、この 40Hz に注目し、40Hz のリズムに合わせて音の大きさが 1 秒間に 40 回変動するよう特別に設計されています。

また、「kikippa」は、工事や複雑な設定は一切不要で、誰でも簡単に操作できるよう、イヤホンジャックをつないでガンマ波サウンドボタンを ON にするだけで、すぐに自然な 40Hz 変調音^{*2}「ガンマ波サウンド」を聞くことができます。



*1 Herrmann, C. S. & Demiralp, T. Human EEG gamma oscillations in neuropsychiatric disorders. Clinical Neurophysiology 116, 2719–2733 (2005)

*2 「40Hz 変調音」とは、40Hz の正弦波のような周期関数を用いた振幅変調により加工した音を言います。

※kikippa 及び関連するロゴは、ピクシーダストテクノロジーズ株式会社 (PxDT) の商標又は登録商標です。

■ 内野勝行(うちの・かつゆき)医師について

日本内科学会認定医、厚生労働省認定認知症サポート医、緩和ケア認定医、ボトックス治療認定医、日本体育協会認定スポーツドクター、日本神経学会会員。

帝京大学医学部医学科卒業後、都内の神経内科外来や千葉県療養型病院副院長を経て、2015 年に金町脳神経内科耳鼻咽喉科を開設。

脳神経を専門としてこれまで約 1 万人の患者を診てきた経験を基に、脳をクリーニングする「脳のおそうじスープ」を開発。フジテレビ「めざましテレビ」やテレビ朝日「林修の今でしょ! 講座」などテレビ出演多数で、様々な医療情報番組の医療監修も務める。

著作「記憶力アップ×集中力アップ×認知症予防 1 日 1 杯 脳のおそうじスープ (アスコム)」が 17 万部突破

