

～ いま話題の“スマホ認知症”対策にも!? ～

デジタルデトックスしながら、脳を鍛える

「脳リブートルーム」

TSUTAYA BOOKSTORE 渋谷サクラステージ「SHARE LOUNGE」内に

7 月 15 日（火）から期間限定で開設

TSUTAYA BOOKSTORE 渋谷サクラステージ（東京都渋谷区桜丘町 1-4 渋谷サクラステージ SHIBUYA サイド 4F）では、2025 年 7 月 15 日（火）～21 日（月・祝）の期間限定で、併設する「SHARE LOUNGE」に、“脳をリブート（再起動）する”ような感覚を体験できる「脳リブートルーム」を開設します。

「スマホロックコンテナ」などを活用し、スマートフォンなどのデジタル機器から離れ、40Hz に変調した「ガンマ波サウンド™」を聴くことで、音と空間で思考を整える体験をサポートします。



「脳リブートルーム」



「脳リブートルーム」で使用するアイテム
左から：「kikippa イヤホン」、「タイムロッキングコンテナ等（スマホを入れ、一定時間開けられないケース）」、「アイマスク」

「脳リブートルーム」は、2025 年 2 月に「SHARE LOUNGE Olive LOUNGE 渋谷」で実施され好評を博した「冴えるーむ（ROOM）～聴くだけで記憶と集中力がアップ?～」に続く第 2 弾として展開します。

■ 情報過多な時代に、“余白”をつくり、考える力やひらめきを再起動

スマートフォンや AI ツールの急速な普及により、脳が処理すべき情報量は日々増加しています。近年では、スマホへの依存が「スマホ認知症」を引き起こす可能性が指摘されるなど、デジタルツールの過度な使用が脳に与える影響にも関心が高まっています。

今回の「脳リブートルーム」は、そうした社会背景をふまえ、意識的にデジタルとの距離をとる「デジタルデトックス」や、脳に“余白”をつくるための新たな習慣をサポートする空間として提案します。

室内では、「タイムロッキングコンテナ等（スマホを入れ、一定時間開けられないケース）」や「アイマスク」を用いて、外部からの刺激を遮断し、静かに自分自身と向き合う時間をつくります。さらに、記憶や集中力に関係するとされる脳波「ガンマ波（40Hz 前後）」と同じ周期で音を変調する世界初のテクノロジー※1 である「ガンマ波サウンド™」が搭載された、オープンイヤー型イヤホン「kikippa イヤホン」を通じて音楽を聴くことで、利用者が日々酷使される脳を静かに整え、考える力やひらめきを再起動するような感覚を目指します。

※1：入力される音声に含まれる部分信号に 40Hz の振幅変調を行って音声を加工する技術（特許取得済み）

期間中、店舗がセレクトした脳疲労や集中力に関する書籍も窓際のハイバック席近くに設置いたします。

「脳リブートルーム」を通じて、店舗に集う皆さまの仕事や学習の効率化をサポートしてまいります。

■「脳リブートルーム」概要

- ・提供期間： 2025 年 7 月 15 日（火）～7 月 21 日（月・祝）8:00～23:00
- ・場 所： TSUTAYA BOOKSTORE 渋谷サクラステージ「SHARE LOUNGE」窓際ハイバック席
（東京都渋谷区桜丘町 1-4 渋谷サクラステージ SHIBUYA サイド 4F）
- ・利用方法： 利用希望者は受付で申し込んでください。
- ・料 金： 1 時間 1,650 円（ソフトドリンクプラン通常料金）、延長 30 分 825 円

■TSUTAYA BOOKSTORE 渋谷サクラステージ「SHARE LOUNGE」概要

- ・店舗名： TSUTAYA BOOKSTORE 渋谷サクラステージ
- ・住所： 東京都渋谷区桜丘町 1-4 渋谷サクラステージ SHIBUYA サイド 4F
- ・営業時間： 8:00～23:00
- ・面積： 180 坪
- ・席数： 143 席

■「kikippa スピーカー」と「kikippa イヤホン」について

「kikippa スピーカー」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。この技術をイヤホンに導入したオープンイヤー型イヤホン「kikippa イヤホン」も展開中。

「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。

「kikippa イヤホン」は「ながら聴き」に適した、耳をふさがないオープンイヤータイプで、勉強や家事、運動中など日常のさまざまなシーンで手軽に、かしく脳を鍛えることができるデバイスです。



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

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