

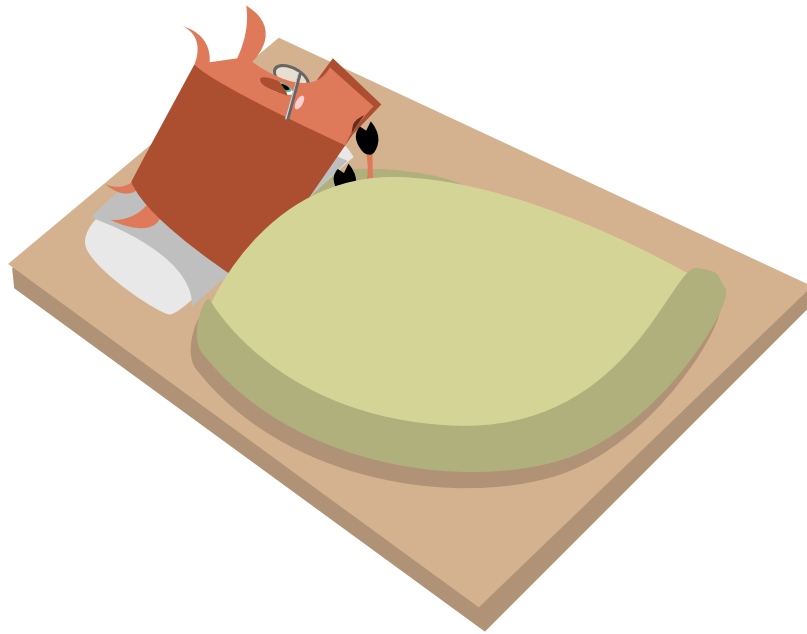
「ベッドに入ってからすぐに寝付けない苦痛な時間の改善」に 特化した睡眠アプリ「睡眠観測」



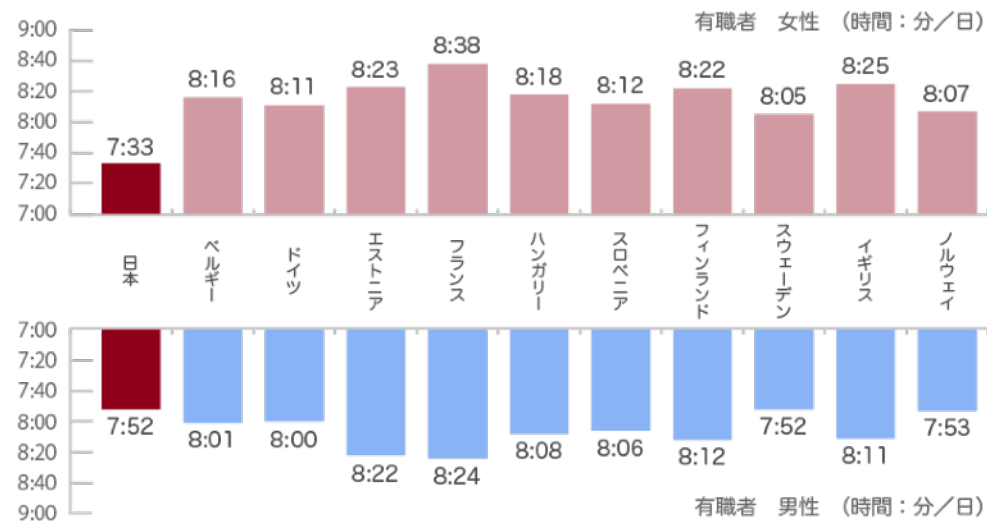
市場機会

不眠は国民病

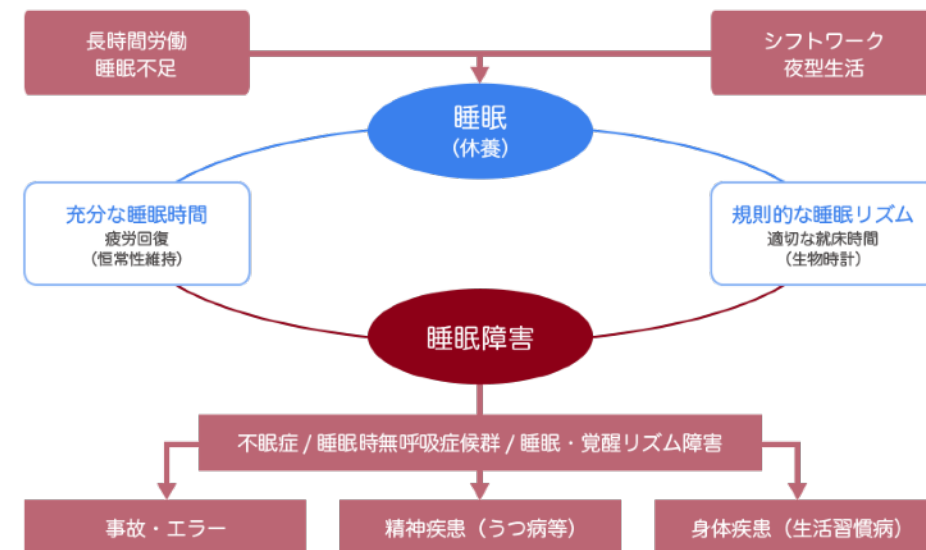
日本人を対象にした調査によれば、5人に1人が「睡眠で休養が取れていない」、「何らかの不眠がある」と回答しています。（※1）



日本人は慢性的な寝不足状態（※2）



睡眠障害が様々な疾患の原因に（※2）



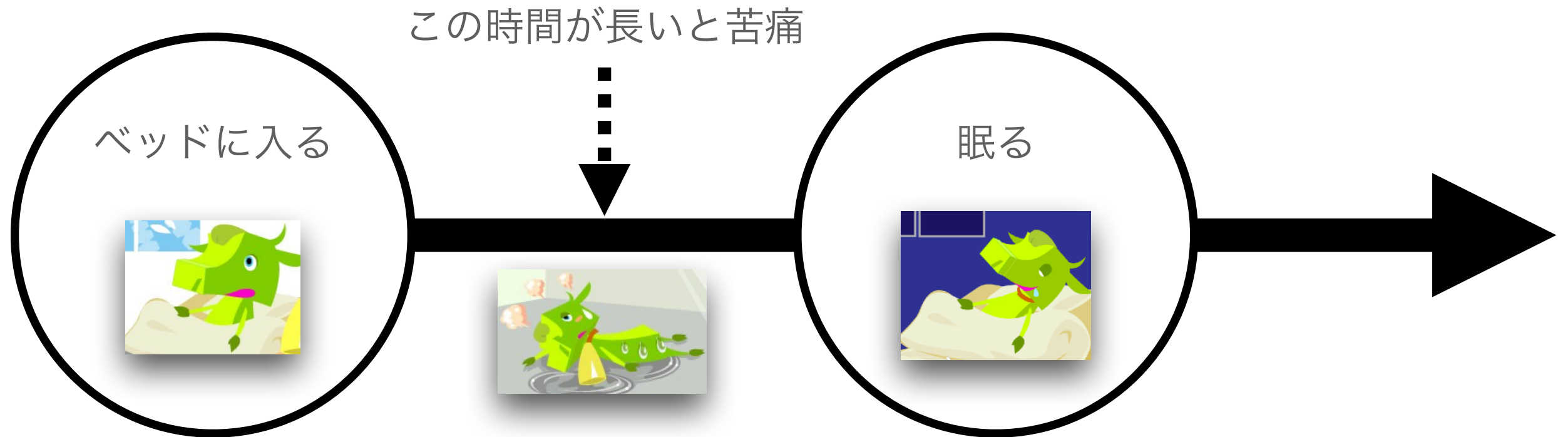
厚生労働省「e-ヘルスネット」より

※1 <https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/heart/k-02-001.html>

※2 <https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/heart/k-02-008.html>

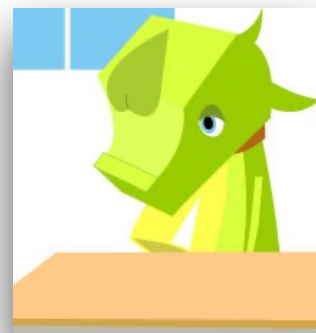
解決すべき顧客の課題

ベッドに入ってからすぐに寝付けない苦痛な時間の改善



ベッドに入ってから眠りに落ちるまでに時間がかかると、暗闇のなかで他にすることがないため、その日あった嫌なことやネガティブな考えが頭のなかをぐるぐるしがちです。

開発者の実体験

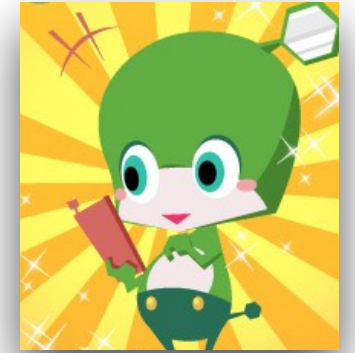


ベッドに入るたびにこのような不愉快な思いを続けると、毎晩ベッドへ行く時間が近づくたびに気分が落ち込みます。だんだんベッドに行きたくなり、睡眠時間がさらに短くなるという悪循環が始まります。

想定顧客

このような方におすすめです。

- ・ スマホをさわっているときが一番落ち着く。
- ・ スマホを手放すと気持ちが悪くソワソワして落ち着かない。
- ・ ベッドに入るときもスマホを手放せない。
- ・ 動画を見ながら、またはゲームをやりながら寝てしまうと不快な夢を見て目覚めが悪い。



または、様々な方法を試してきたが、解決していない方。

- ・ 寝る前にリラックスできる音楽を聴いて、最初は良くて慣れて元に戻った。
- ・ 睡眠を追跡し、データを収集したが、データを活用できていない。
- ・ スマートフォンの光が睡眠に悪影響を与えることを知っていてもベッドにスマホを持ち込むのをやめられない。

ビジネス概要

無料体験版
潜在顧客へリーチ
2021年6月～



有料アプリ
610円（税込み）
より質の高い体験を提供
2022年8月～



物販紹介
時期未定



サービス概要

3つの特徴

音楽

リラックス出来る音楽
眠ったら自動で消音

分析

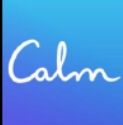
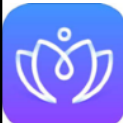
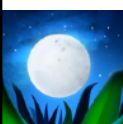


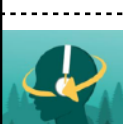
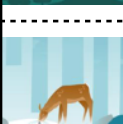
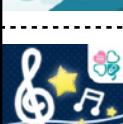
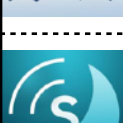
睡眠時間、入眠時間、睡眠状態などを分析し振り返る

動機



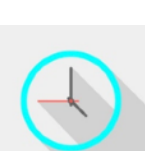

睡眠以外の適度な動機づけがあり、その操作に意識が向く



競争環境（音楽）

		音の量	音の質	タイマー	ミックス	交流	所感
	Calm	50++	○	-	-	-	最大手。アプリの完成度が非常に高い。瞑想アプリから始まり、新たに追加されたSleepカテゴリでは、リラックス出来るオーガニックな楽器の音色や、シンセサイザーの音色などと環境音のミックスされたサウンドが聴ける。開発会社はシリーズBで80億円の調達を終えた。
	Meditopia	50++	○	-	-	-	利用者の多い瞑想アプリ。世界観の作りこみ、コンテンツの質量ともに高い。
	Relax Melodies	50++	○	○	○	○	環境音をユーザの手でミックスして鳴らせることが特徴。制作した音源はコミュニティで披露していいねをもらうことが出来る。音は高周波数帯がやや耳障り。
	Endel	-10	○	○	○	-	非常にユニークな音の鳴らし方をするアプリ。パーソナル化をうたっているが、音の種類が少ないし、睡眠向きなのかは疑問。
	睡眠アプリ	50++	△	○	-	-	わかりやすいネーミングで日本国内で大人気。有料アプリ人気ランキングで安定して上位。42個の環境音をタイマー付きで鳴らしているだけのシンプルな作りと26個の音。クオリティは高くないが個人アプリとしては安定した収益をもたらしそう。
	Sleep Orbit	50++	○	○	○	-	環境音をユーザの手でミックスして鳴らせる。音源がなる位置を調節出来るのがユニーク。RelaxMelodiesのようなコミュニティは無い。眠れる音を自分で作りたいというニーズは未知数。
	Wildfulness	10	○	○	-	-	10個の環境音。音質は臨場感がありとても良い。再生中にアニメーション有り。世界観のクオリティが高い。タイマー付き。音源がほぼアンロックされているWildfulness2がある。
	ぐっすリン	-50	△	○	○	○	43個の環境音を選んでミックスする。知識のページや、ユーザ同士が交流するテキストの掲示板があるのがユニーク。ただ肝心の音はノイズが多い。
	Sleep Sound	50++	○	-	○	-	圧倒的なコンテンツ量。19個のカタログに少なくとも10個以上の世界中の環境音があり、しかも高音質。写真も美しい。ただ、ダウンロードの手間があり、ユーザが音をミックスするときの「操作の楽しみ」は無い。あと「フランスの噴水」は本当にフランスなのか。

競争環境（分析）

		計測項目	グラフ	アラーム	サウンド	連携	所感
	Sleep Cycle	入眠時間・起床時間・睡眠リズム・いびき	曲線グラフ（睡眠リズム）／棒グラフ（快眠度）	○（眠りが浅いときに鳴るタイプ）	アラーム音は多いが無料は4個。有料は20個程度。ライブラリから選択（有料）。導入音は環境音を中心に20個程度（有料）	ヘルスケア、HomeKit、Philips Hueなど連携豊富	10年前から提供されているサービス。スウェーデンの会社。当初は加速度センサー、現在はマイクを利用。機能豊富だがサブスクリプション契約をしないと使えない機能が多い
	熟睡アラーム	入眠時間・起床時間・睡眠リズム・睡眠効率・いびき	○	○（眠りが浅いときに鳴るタイプ）	アラーム音、導入音ともに多い（独自音楽）。しかし、選びにくい。1曲120円。	ヘルスケア	SleepCycleとSleepMeisterと基本機能は似ている。これも有料でないと曲が増えないなどの制限があるが、分析と起床（アラーム）は無料。
	Sleep Meister	睡眠サイクル	曲線グラフ（睡眠リズム）／棒グラフ（一週間の睡眠リズム比較）／レーダーチャート（睡眠中の要素比較）	○（眠りが浅いときに鳴るタイプ）	アラーム音が10個程度。AppleMusicとの連携 導入音は無い	ヘルスケア、Twitterへ自動投稿、データのエキスポートが豊富	無料で基本機能が使える費用対効果が高い。有料版が別にある。有料版は広告が非表示になる。睡眠導入のサービスはない
	いびき対策アプリ いびきラボ	いびき・睡眠	○	-	-	ヘルスケア、データのエキスポート	いびきのモニタリングに特化したアプリ

競争環境（動機）



ポケモンスリープ「朝起きるのが楽しみになるゲーム」

<https://www.famitsu.com/news/201905/29176935.html>

2022年7月現在未発売

競争戦略は、動機づけ

競合アプリの調査からわかったこと

音楽

どのアプリも基本的には「静止している」自分の周りで、音が鳴っているだけ。体験は受け身である。

分析

体重計測と同じで「睡眠を分析することが楽しい＝継続する」ためには、他のきっかけ（動機づけ）が必要。



いずれも、**これがあるから「早く寝たい」という動機づけにはならない。**
なにか「眠る」以外の動機づけがあれば、強みになる。

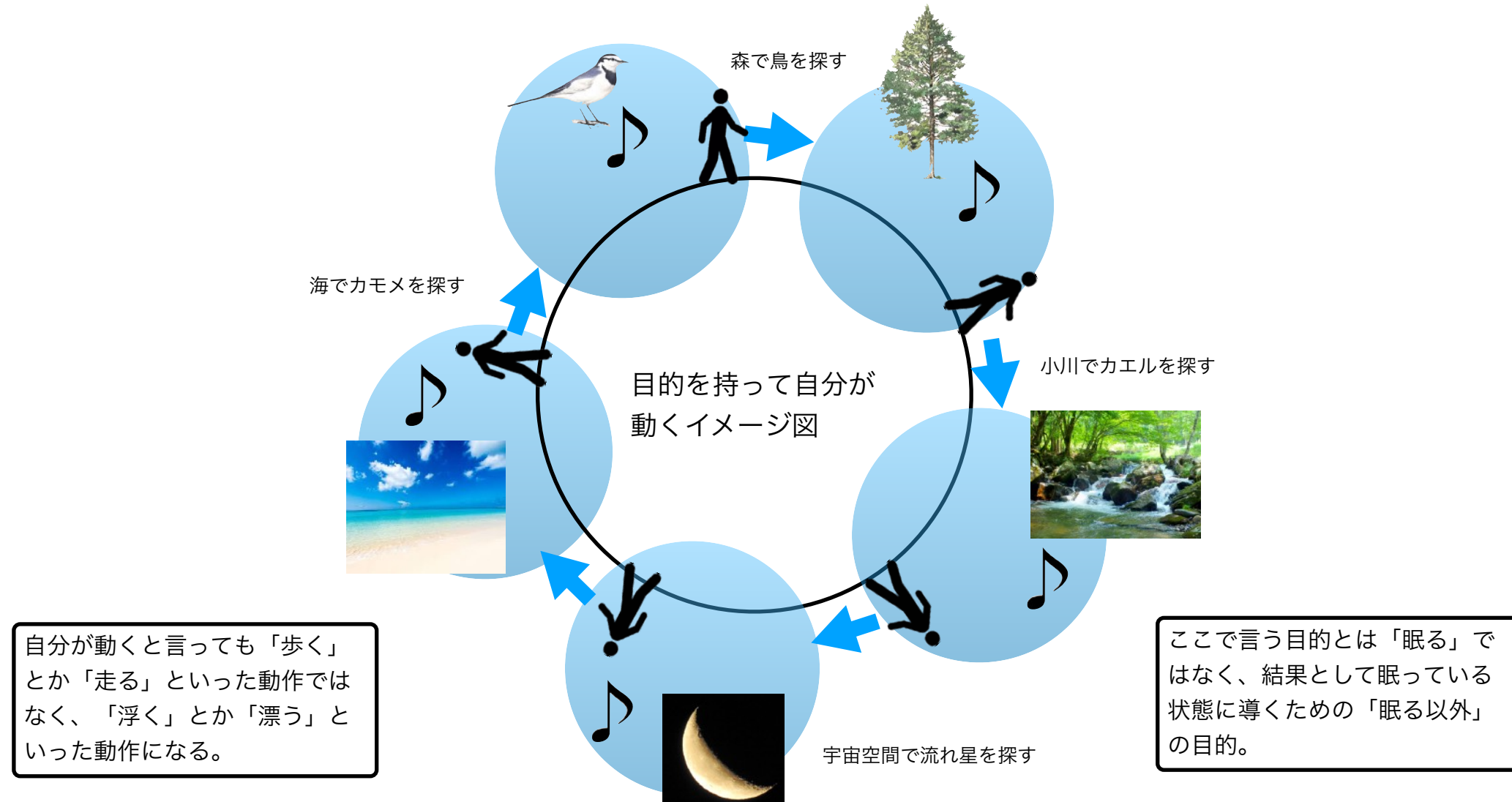


ポケモンスリープは「睡眠のエンタメ化」を掲げ開発中。(2022年7月未発売)

眠りたい以外の動機づけとは？

睡眠アプリを起動する「眠りたい」以外の動機づけが必要。それは何か？

自分が静止して音を受け身で聞くのではなく「目的をもって自分が動く」ことが適切であるという仮説を立てた。(図)
自分自身と家族を被験者として何ヶ月もの効果検証をし、実際に睡眠導入に効果があった。



睡眠アプリの分野はすでに、音楽はコンテンツの質と量の勝負になっていて、分析はテンプレ化している。
今後、ユーザに選ばれるための工夫は「動機づけ次第」といえる。

優位性

「睡眠観測」は、音楽、分析、動機の3つをカバーする唯一のアプリ



動機

ポケモンというチート級の強烈な動機づけ
音楽と分析については現状不明



「睡眠観測」は、
音楽・分析・動機
すべてを満たす

音楽

音楽特化は分析機能がないので、
睡眠に関しては「睡眠導入」単体
の機能にとどまる。
むしろ、瞑想であるとか睡眠以外
の用途がメイン。

分析

分析特化は、音楽の魅力が不足している。
動機も「睡眠を分析したい」という現状ではコアでディープな印象である。
睡眠計測が体重計測くらいカジュアルな印象になれば市場も増えそう。

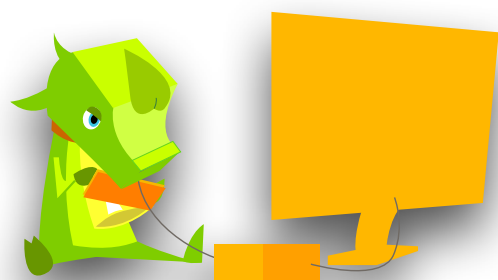
独自性

「睡眠観測」は、音楽、分析、動機の3つ全てでユニーク

音楽

ファミコン世代に刺さる8ビットのピコピコ音のオルゴールサウンドが、新しくて懐かしい。

環境音、効果音、周波数の組み合わせは900万通り以上。



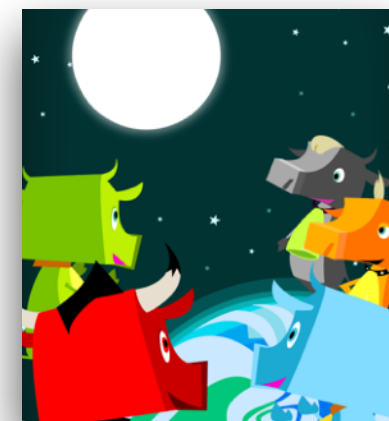
分析

他のアプリは、スマホを手から離して使うのが定番ですが、**「画面を触れるだけの操作で計測」**するのは**「睡眠観測」**だけ。一番落ち着くのは、スマホを触っている時、というデジタル・ネイティブにピッタリ。



動機

睡眠といえば夜、夜といえば天体観測。夜空を眺めて流れ星を観測しよう！
寝ながらでも出来る簡単な操作で観測数が増えます。
トラッキングに興味がない**子供も流れ星を発見するのは楽しい**。
他にも様々な世界の観測の旅に出よう。



実績

2021年6月配信開始以来、広告宣伝せずに1年間で3600ダウンロード。月間300のペース。



眠れるようになった、という声が届いています。

評価とレビュー

3.3 / 5

15件の評価



aynya, 2021/10/05

ちゃんと眠れる

本当に眠れるの?と思いながら半信半疑で使い始めましたが、しっかり眠れています。もう少し画面が暗くなってくれたら最高!!!



まい5889, 2022/06/12

よく寝れる

流星の音を、bgmの倍くらいにするとちょうど良い
ぐっすり眠れる



ヲレちゃん, 2021/09/22

めちゃくちゃ寝れます

魂吸い取られたんか、?となるくらい寝れます

開発者のメッセージ

私は、中学生の頃から寝付きが悪く、暗い部屋で目を閉じると今日の後悔や明日の心配で頭がいっぱいになり、なかなか眠ることが出来ませんでした。枕元にラジカセを置いて、**環境音や朗読を流すことで気を散らすのですが、最初は良くてもすぐに慣れてしまい効果がなくなります**。最近は様々なアプリを試しましたが、**睡眠をトラッキングしてデータを集めても、どうやって活用すれば入眠の改善が出来るかわかりませんでした**。

同時に緊張する場面（たとえば歯医者や会議）で、よくスマホをさわっていました。スマホのつるつるしたガラスを指でなでていると気持ちが落ち着くことに気づきました。これらの経験の組み合わせが「さわって眠れる」アプリが生まれる土壌となりました。

睡眠観測で、あなたの入眠が楽しい時間になることを願っています。

会社概要

 商号：ギジン株式会社

 代表：代表取締役 小泉彌和

 所在地：仙台市青葉区錦町1-5-1 N-oval 2F

 設立：2014年4月4日

 <https://gizin.co.jp>