

あなたの1日が変わる。たった5分の心拍数連動エクササイズ『Smart 5min』がMakuakeにて先行予約販売開始

本田圭佑氏や人気フィットネス系YouTuberのがちゃんねるが参画しギネス世界記録™挑戦も

家族のカラダとココロの健康維持・増進をテクノロジーで実現する、東京大学発ヘルスケアスタートアップのissin株式会社（本社：東京都文京区 代表取締役：程 涛、読み：イッシン、以下「issin」）は、生き生きした毎を送りたい全ての人のための、朝の5分で運動習慣が定着する、心拍数連動オンラインエクササイズサービス『Smart 5min（読み：スマートファイブミニッツ）』の先行予約販売プロジェクトを、12月6日（水）午前10時より応援購入サービス「Makuake」にて開始しました。

Makuakeプロジェクトページ：

<https://www.makuake.com/project/smart-5min/>

2023年12月6日（水）午前10時より開始、2024年1月28日（日）18:00まで実施。



● Smart 5min（スマートファイブミニッツ）とは

Smart 5minは、たった5分で爽快な1日が始められる、忙しい方に最適なエクササイズです。心拍数をリアルタイムで測定しながら、その日の気分や体調に合わせてAIパーソナルコーチが運動強度を自動調整します。この画期的なアプローチにより、どなたでも5分で爽快な1日が始まり、効果的で楽しい運動があなたのルーティンになります。

トレーニング時は腕に専用バンド（心拍計）を装着し、その日の体調や心拍数に連動して提案される、最適な強度のエクササイズ動画をスマホアプリで視聴しながら行います。運動後の爽快感や達成感を感じやすいようにデザインされ、続けやすいだけでなく、1日のパフォーマンスの向上をサポートします。



スマートバンド



専用エクササイズアプリ



モバイルバッテリー型収納で、
毎日利用しても、充電は3か月に一回。

● 『Smart 5min』 の特徴

■ たった5分 忙しいあなたに最適なエクササイズ

心拍数だけでなく、年齢、運動経験、その日の体調にあわせて、最適な運動メニューを生成。続けられる強度がSmart 5minの特徴です。



■特別な準備が不要 すぐに始められる

たった5分で、自宅で「器具や特別な場所を必要とせず」、気が向いた時にスマートバンドをパチンとつけてエクササイズを始められます。



■考えなくていい 一緒に運動するだけ

エクササイズが始まれば、あなたはインストラクターと一緒に運動するだけ。始め方と運動メニューの選び方に悩む必要がありません。



■その日の気分と体調に合わせて、運動強度を自動調整

エクササイズを開始する前に、簡単に体調を入力することで、あなたのコンディションに合わせた最適なトレーニングプランを即座に提供します。



■心拍数を見ながら、モチベーションが高まる

スマートバンドを使用して心拍数をリアルタイムで監視し、運動の強度をモニタリングしながら、あなたに合ったトレーニングを行います。自分の努力が可視化されることで、さらに頑張る意欲が湧き、その結果、運動効果も向上します。



心拍数を見ながら
モチベーションが高まる

■5分で爽快な1日に 運動があなたのルーティンになる

いかに続けられるか？それは「タイニーハビット」というメソッドに基づき設計されます。たった5分で完了する手軽さが、すでにある日々の習慣へと自然に溶け込みます。

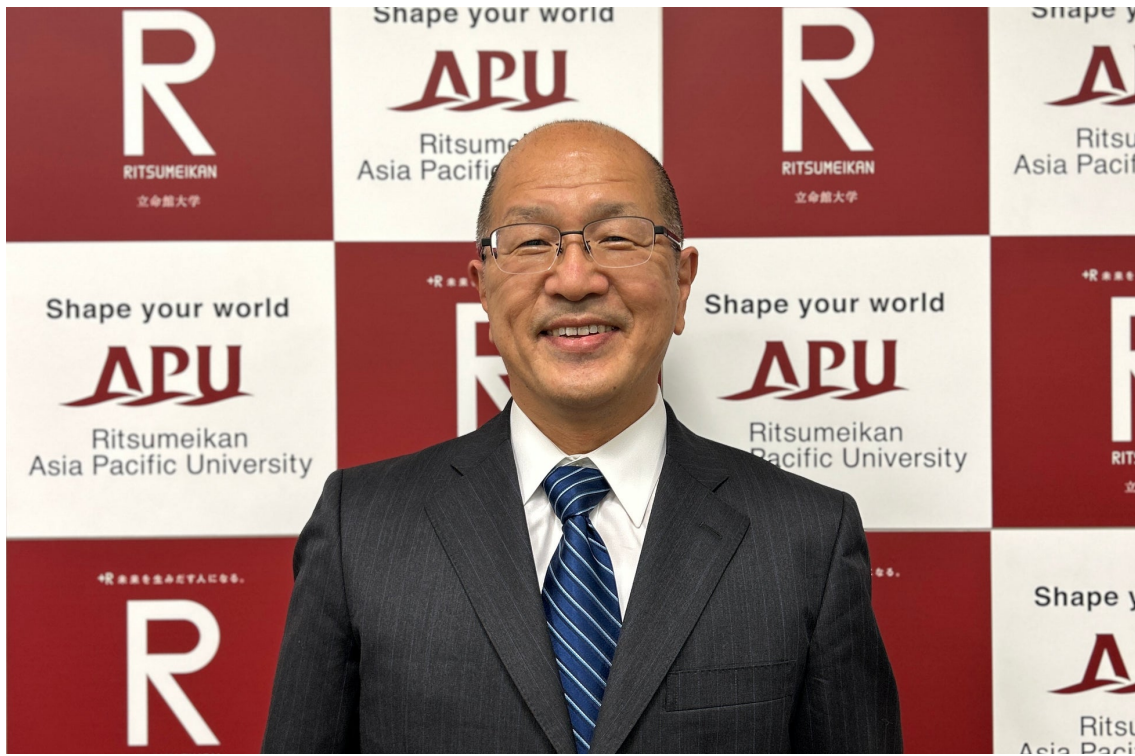


5分で爽快な1日に
運動があなたのルーティンになる

■「世界のタバタトレーニング」の田畑泉教授が監修

私たちはタバタトレーニングの考案者、田畑教授の監修のもと、初心者から上級者まで幅広く対応できるようにトレーニング強度を調整し、限られた時間の中で運動の成果を引き出します。運動の前と後は怪我のないようにウォーミングアップとクールダウンを行い、安全面についてもご安心ください。

*高血圧症などの既往症や整形外科的疾患のある方は、かかりつけ医に運動の可否をご相談してください。その結果、運動を行うことが可能であると確認された方のみ運動を行ってください。



- オンラインエクササイズの最多人数へ ギネス世界記録™へ挑戦！

多くの方が運動を始めるきっかけを作ることを目的に、2024年1月14日（日）に心拍数連動エクササイズのオンライン同時接続数（正式記録名「Most live viewers of a fitness workout video on YouTube」）のギネス世界記録™に挑戦します。

また、ギネス世界記録™挑戦の公式アンバサダーに本田圭佑氏、チーフコンダクターにチャンネル登録者数128万人の人気フィットネス系YouTuberのがちゃんねるが就任しました。

詳しい参加方法等は、応援購入サービス「Makuake」プロジェクトページ内やSmart 5min専用サイトに随時公開するほか、「Smart 5min」の購入者へご案内予定です。

GUINNESS WORLD RECORDS™
OFFICIAL CHALLENGE

公式アンバサダー
本田圭佑

チーフコンダクター
のがちゃんねる

- スマートバスマットとの連携

Smart 5minは、issinが提供する体重測定できるバスマット、「スマートバスマット」と連動した機能も追加予定で、体重管理に必要なエクササイズを提案することで、一気通貫で健康管理のサポートをできることを目指しています。



■スマートバスマット概要

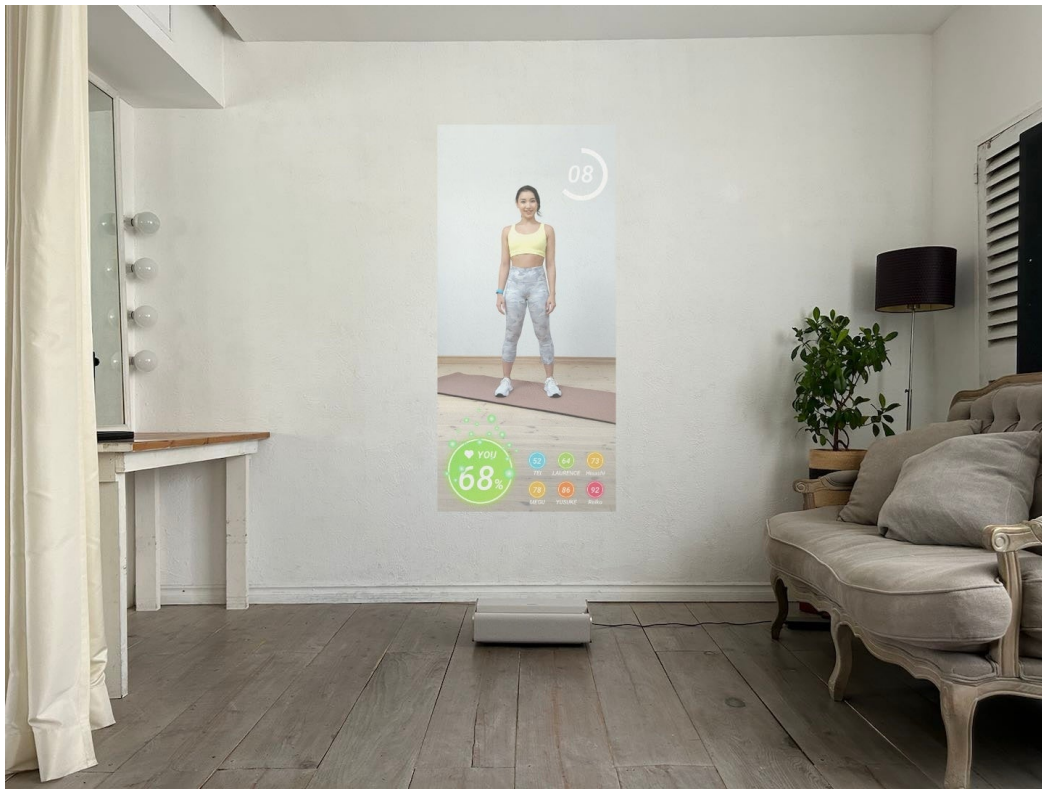
「スマートバスマット」は、お風呂上がりに乗るだけで体重測定など自動で健康管理ができるヘルスケア製品です。2022年4月に応援購入サービス「Makuake」で発表し、先行予約販売台数が3000台を突破しました。2022年11月の正式販売開始から、最新のユーザー数は20,000人を突破しています。2023年11月現在、目的やライフステージに合わせた6つの体重管理モードや、家族間のプライバシーにも配慮した共有機能が実装されています。また、「AI体重未来予測」機能により、ユーザーのデータをAIが解析し、未来の体重変化の傾向を先読みし予測。この機能によって、ダイエットのモチベーション向上や、ダイエット後のリバウンド防止、高齢者のフレイル予防に繋がります。

- ・製品名：スマートバスマット
- ・販売価格：16,980円（税、送料込）
- ・購入方法：<https://issin.cc/>
- ・カラー（ソフト珪藻土マット部分）：グレー、ダークグレー、グリーン
- ・サイズ：600 x 390 x 20mm
- ・商品機能：Wi-Fi・Bluetooth機能、専用アプリ（iOS / Android）、充電式（電源ケーブル・電源アダプター付属）
- ・問い合わせ先：issin株式会社（<https://issin.cc/pages/support>）

● Amaddin Xでの大画面体験

Smart 5minの開発者である程は、照明一体型プロジェクターpopIn Aladdin（現Aladdin X）の開発者と同じです。等身大のトレーナーを大画面に映し出し、まるで目の前にいるかのような臨場感のあるトレーニングが可能になります。

※ 2024年2月にAladdin Xシリーズ専用のSmart 5minアプリをリリース予定



• Smart 5min誕生秘話



「popIn Aladdin」「スマートハ `スマット」そして「スイカケ `ーム」など `のヒット 商品を生み出した開発者の次なる挑戦か `この、Smart 5minです。開発者の程は、スマートバスマットを用いた健康管理から、日々の体重測定を370日以上続け、習慣の力とその喜びを深く実感しました。忙しいスタートアップ生活の中で、運動を始める試みをしましたが、ジム通いや自転車通勤、ウォーキングなどは長続きしませんでした。

この状況が変わったのは、アドバイザーである千本倅生氏（KDDI共同創業者）の助言によるものです。彼の「80歳を超えても現役でいられるのは運動習慣があるからだ」という言葉に触発され、程は朝の時間を利用することで運動習慣を確立しようと考えました。

ある時、友人の紹介でタバタトレーニングに出会った程は、週に3回以上、朝に自宅でトレーニングを始め、朝の運動が一日の生産性やメンタルに大きく作用することを体感しました。さらに、心拍数と運動強度の関係に着目し、広く運動習慣を普及させるアイデアを思いつきます。そこから、心拍数を活用し、誰でも続けやすい運動習慣を提供するSmart 5minが

• 製品仕様



Bluetooth規格	Bluetooth5.0
Bluetooth接続範囲	10メートル
本体寸法	42x22x14mm
スマートバンド寸法	260x20x0.8mm
バッテリー	充電式リチウムポリマーバッテリー
防水規格	IP68
付属品	スマートバンド、ソフトバンド、本体充電バッテリー、クイックスタートガイド、充電ケーブル(40cm)
保証期間	12ヶ月
製造	中国

※心拍数の測定は運動時の身体状況を図る目的での測定であり、本製品は医療機器ではありません

Makuakeプロジェクトページ：

<https://www.makuake.com/project/smart-5min/>

2023年12月6日（水）午前10時より開始、2024年1月28日（日）18:00まで実施。

■会社概要

会社名：issin株式会社（読み：イッシン）

代表者：代表取締役 程 涛

設立：2021年4月5日

所在地：東京都文京区本郷七丁目3番1号 東京大学アントレプレナープラザ 405

資本金（資本準備金含む）：534,971,000円

事業内容：日常生活に溶け込んだヘルスケア機器・サービスの開発・提供

URL：<https://issin.cc/>

■代表 程 涛（テイトウ）プロフィール

issin株式会社 代表取締役CEO

1982年中国・河南省生まれ。東京工業大学卒。シリアルアントレプレナー（連続起業家）。2008年、東京大学情報理工系研究科創造情報学専攻の修士在学中に、研究成果のpopInインタフェースを元に、東大のベンチャー向け投資ファンド「東京大学エッジキャピタル（UTEC）」の支援を受けて、東大発ベンチャー popInを創業。

2015年に中国検索大手のBaiduと経営統合、2017年に世界初の照明一体型3in1プロジェクター popIn Aladdin（ポップイン アラジン）を開発し、2021年12月、シリーズ累計販売台数25万台を突破し異例のヒット商品となる。同年12月にNintendo Switch™ソフト「スイカゲーム」を発売、現在300万DLを突破し大ヒットゲームとなる。

2021年4月、issin株式会社を創業。2022年8月、popIn株式会社代表を退任。2022年4月、日常生活に溶け込んだ体重計「スマートバスマット」をリリース。

issin株式会社のプレスリリース一覧

https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/103350

本件に関するお問い合わせ

issin株式会社 広報：岡田

TEL : 03-3868-0186

MAIL : media@issin.cc

資料・画像一覧はこちら

<https://drive.google.com/drive/folders/1ecGXR48CbiU2Haf9LIGUWBchA-OsxtFx?usp=sharing>