

2025 年 12 月 25 日  
株式会社 WizWe

予防医学専門家／公衆衛生学博士 岡本 真澄氏  
入鹿山未来創造研究所 代表取締役所長 入鹿山 剛堂氏  
WizWe 習慣化研究所に研究員として参画



習慣化プラットフォーム「Smart Habit」を開発・運営する株式会社 WizWe（ウィズウィー、所在：東京都千代田区、代表取締役 CEO：森谷 幸平、以下「WizWe」）の研究機関である WizWe 習慣化研究所に、予防医学専門家／公衆衛生学博士 岡本 真澄氏と入鹿山未来創造研究所 代表取締役所長 入鹿山 剛堂 氏が研究員として参画いたします。

「Smart Habit」は、リアルなサポーターによる伴走と、行動経済学・データ分析・AI を融合した仕組みにより、人々の継続的な行動変容を支援するサービスです。教育、フィットネス、ヘルスケアなど多様な分野で、行動習慣の定着をサポートしています。

今回、予防医学・公衆衛生の専門的知見を有する岡本氏と、AI の実装・応用研究の第一人者である入鹿山氏に WizWe 習慣化研究所の研究員として参画いただくことで、科学的エビデンスに基づく習慣改善と AI 技術を融合した研究体制を強化します。

両氏の専門性を活かした研究を通じて、健康増進や生活習慣改善の支援における効果検証をさらに深化させ、実効性の高い「習慣化」の社会実装を推進してまいります。

#### ■WizWe 習慣化研究所とは

WizWe 習慣化研究所では、過去 4 万人分の行動データをもとに、専門の研究員が学術的な研究手法に基づいた分析を行っています。分析結果から導き出された習慣化のノウハウは、学術理論による裏付けとともに最適化され、Smart Habit の習慣化サポートサービスに実装されています。

WizWe 習慣化研究所：<https://wizwe.co.jp/lab/>

### <習慣化に関する研究論文（抜粋）>

・「企業語学研修において研修担当者が学習者のパフォーマンスに与える影響 Smart Habit を用いた3～6ヶ月間の英語研修を対象とした事例比較」（日本社会心理学会第63回大会：2022年）

[https://iap-jp.org/jssp/conf\\_archive/detail.php?s=2022-A-0095](https://iap-jp.org/jssp/conf_archive/detail.php?s=2022-A-0095)

・「高齢者のスロージョギング習慣化支援を目的としたLINE対話型伴走サポートの効果」（日本社会心理学会第65回大会：2024年）

[https://iap-jp.org/jssp/conf\\_archive/detail.php?s=2024-A-0104](https://iap-jp.org/jssp/conf_archive/detail.php?s=2024-A-0104)

・「フィットネスクラブ新規入会者を対象としたLINE対話型伴走サポートによる来館促進の効果」（日本心理学会第88回大会：2024年）

<https://pub.conf.it.atlas.jp/ja/event/jpa2024/presentation/3A-102>

・「ドライバーを対象とした睡眠改善プログラムにおける参加者の行動段階と成果の関連」（日本心理学会第89回大会：2025年）

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000219.000035684.html>

### ■岡本 真澄 氏プロフィール

WizWe 習慣化研究所 研究員



予防医学研究者・実務家。公衆衛生学博士（健康行動科学・疫学）。行動変容・デジタルヘルス・女性の健康が専門。5,000人超の長期コホートや14万人規模データの解析、スマホアプリを使った生活習慣改善の研究の設計・実施を担当。自治体や企業と連携し、科学的エビデンスに基づく政策やビジネス・事業を設計・評価。保健師として、職域において特定保健指導にあたった経験も有する。前職は国際協力機構 JICA にて、アフリカ・アジアの保健プロジェクトを手掛け 多国籍チームをマネジメント。WHO 等との国際機関との連携の経験も豊富。

Linkedin: <https://www.linkedin.com/in/masumiokamoto/>

### ■入鹿山 剛堂 氏プロフィール

株式会社入鹿山未来創造研究所 代表取締役所長

WizWe 習慣化研究所 研究員



1970年代よりティーチングマシンやロボット等の開発を行い、80年代にはCGや音楽ソフト、それに日本初の本格的グループウェア「LANWORLD」を独自に開発。2000年代初頭に大手通信会社にて、世界に先駆けスマートウォッチやスマートフォンの開発を主導するなど、テクノロジーの実装と社会応用を牽引してきた。2014年、株式会社入鹿山未来創造研究所を設立。現在は、AI・IoT・DX・モバイル分野での研究開発や新製品・新規事業開発支援を行い、産業と社会のイノベーション推進に取り組んでいる。IoTリサーチ&デザイン 理事、AIリーガルテクノロジー機構 理事長、MCPC ビジネス DX 委員会 顧問、日本ロボット・セラピー推進協会 理事、日本メタデータ協議会 理事長

## <習慣化プラットフォーム「Smart Habit」とは>

Smart Habit は、社会心理学・行動経済学の専門家が、4 万人分の行動データをもとに導き出した習慣形成理論に基づく、行動継続を支援するプラットフォームです。「三日坊主」をなくすことを目指し、習慣化サポーターとユーザーとの間に会話を通じてラポール（親密な信頼関係）を築くことで、離脱因子を徹底的に取り除き、継続的な行動を促します。

また、リアルなサポーターによる伴走と自動化プログラムの組み合わせにより、1 人のサポーターが同時に最大 3,000 名のユーザーを支援することが可能です。2018 年のサービス開始以来、ユーザー数は順調に増加し、これまでに累計 4 万人以上の方をサポートしてきました。語学をはじめとする教育分野での学習習慣化支援として、多くの大手企業に導入され、学習完了率 70%以上という高い成果を上げています。

さらに 2021 年からは、蓄積されたノウハウをもとに、他分野への展開を本格化。「Smart Habit LTV」では、サブスクリプション事業者向けにチャーン防止と LTV 向上を支援し、「Smart Habit Healthcare」では、ヘルスケア領域における習慣化支援を行うなど、フィットネスやヘルスケア業界へのサービス拡大を進めています。



<人×システムで効率的に習慣化を実現>

### 【会社概要】

会 社 名	株式会社 WizWe
代 表 者 名	代表取締役 CEO 森谷 幸平
所 在 地	東京都千代田区内神田一丁目 9 番 5 号 S F 内神田ビル 4 階
設 立	2018 年 5 月
資 本 金	87,812,500 円 ※2025 年 1 月 31 日現在
事 業 内 容	1. Smart Habit 事業 2. 語学及びその他法人研修事業 3. サブスクリプションの離脱防止および LTV 最大化事業
会社ホームページ	<a href="https://wizwe.co.jp/">https://wizwe.co.jp/</a>

<本件に関するお問い合わせ>

株式会社 WizWe 広報担当：田中・五十嵐

E-mail：pr@wizwe.co.jp

TEL：03-6426-5110（受付時間：平日 10 時～18 時） WEB： <https://wizwe.co.jp/>