

AI ジャーナリングアプリ「muute」、音楽連携機能をリリース

ユーザーの思考と感情に加え、音楽視聴内容を分析したフィードバックが可能に
～インサイト機能もリニューアルし「より良く自分を知ること」でコロナ禍のメンタル不調を改善～

プロダクトスタジオのミッドナイトブラックファスト株式会社（本社：東京都渋谷区、代表取締役：喜多紀正、以下、「当社」）は、当社が開発・運営する AI ジャーナリングアプリ「muute（ミュート）」において、音楽ストリーミングサービス「Spotify」と機能連携を行い、視聴音楽を分析し、「いつ・どのような音楽を聞いたか、どのように感情と関係しているか」を振り返る機能追加を行いましたので、お知らせいたします。

また、「muute」の特徴である毎週 AI が感情の推移、よく使った言葉、よく考えていることなど、様々な角度からユーザーの投稿内容を分析し、フィードバックを行う「インサイト機能」のリニューアルを実施しましたので、併せてお知らせいたします。

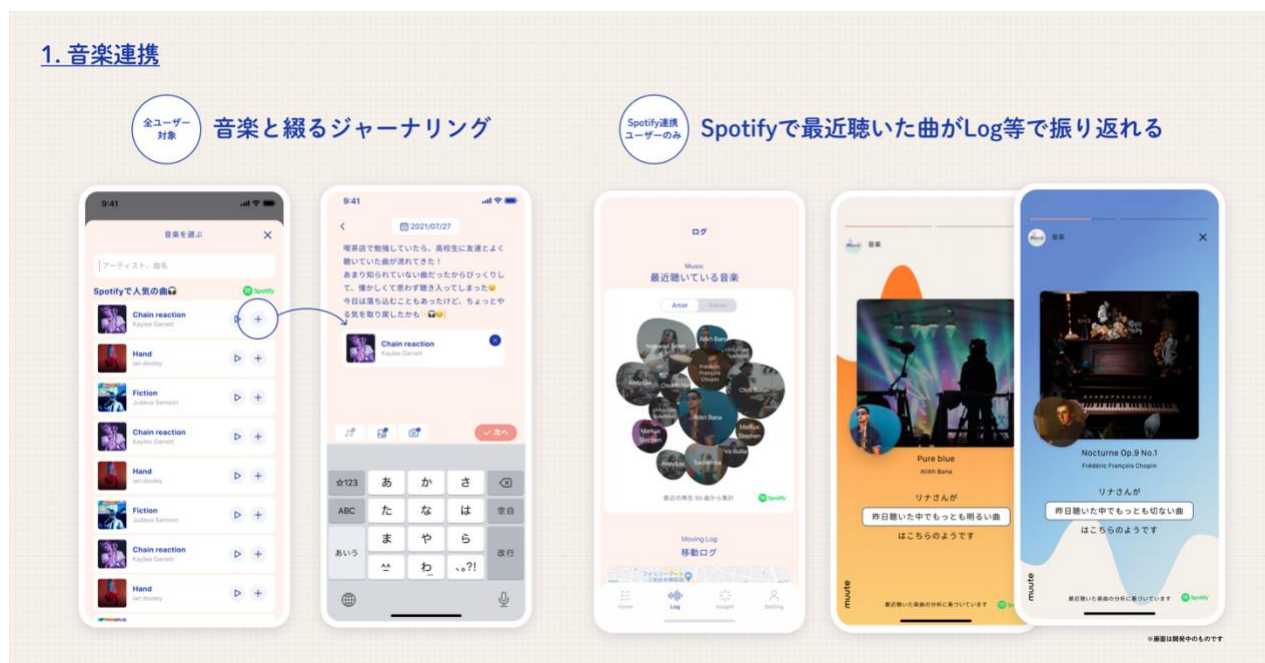


【Spotify 連携機能の詳細】

今回の Spotify 連携機能リリースにより、「よく聴いたアーティスト」「よく聴いたアルバム」「聴いた音楽の特徴」など、自分の視聴音楽の分析結果を「muute」上で確認することができます。具体的には、「ジャーナリングに音楽を添付する機能」、「最近視聴した曲 TOP15」、「最近視聴したアルバム TOP15」、「最近聴いた中で一番明るい曲」、「最近聴いた中で一番しんみりした曲」を分析する機能リリースを行いました。

ジャーナリングで記録した感情や muute からの各種分析結果、音楽視聴分析結果を比較することが可能となり、ユーザーは感情変化と音楽視聴の関係を知ることができます。

これにより、音楽視聴という行動軸での新しい観点から、さらに自分自身に対する理解を深め、muteのミッションである「一人一人が自分らしさを受け入れられる社会をつくる」ことにより貢献できるツールとなることを期待しています。



【「mute」インサイト機能リニューアルについて】

AI ジャーナリングアプリ「mute」では、ジャーナリング内容を AI が分析し、毎週フィードバックをしてくれるウィークリーインサイト機能があります。ウィークリーインサイトでは、これまで、「mute からのレター」「よく使った言葉」「印象に残った瞬間」「感情の空模様」「感情のリズム」「頭の中を占めるもの」「歩数と感情の関係」を表示していました。これらの内容から、ユーザーは自分の 1 週間の感情の動きや思考を客観的に分析することが可能になり、新しい自分を知ることにつながります。

今回のリニューアルでは、従来のインサイト機能のデザインを一新し、横に流れるストーリーのような画面で、これまでの分析がより詳細に見られるようになりました。また、新たに「週間サマリー」「ポジティブ/ネガティブな投稿分析」「行った場所」「投稿状況」などを加え、前週のインサイトとの比較も可能になり、より多角的に自分を知ることができるように改善をいたしました。

① デザインアップデート

これまで、縦スクロールで表示されていましたが、横にストーリーのように流れる形式に変更

- 1枚ごとの読み物のような設計で振り返りやすさが向上
- 各フィードバック項目に、ビジュアルとその端的な説明を提供し理解のしやすさが向上

2. Weekly Insight のリニューアル

ページごとにパッと見られて振り返りやすく。新しい分析項目も追加されました



②より詳細に分析結果を表示

従来のウィークリーインサイト内容に加え「週間サマリー」「ポジティブ/ネガティブな投稿分析」「行った場所」「投稿状況」を表示

- 週間サマリー: どんな1週間であったかの概要をクイックに振り返る
- ポジティブ/ネガティブな投稿分析: ポジティブ投稿/ネガティブ投稿を起点に振り返る
- 行った場所: お出かけした場所などを振り返る
- 投稿状況: ジャーナリングの継続状況を確認

【開発背景】

2020年12月に厚生労働省が発表した調査^{※1}によると、新型コロナウイルス感染拡大の影響で、約6割の人が「メンタルヘルスに不安を感じている」と報告されており、コロナ禍においてメンタルケアの重要性が増しています。「ジャーナリング」は個人で手軽に行えるメンタルケア手法であり、頭に思い浮かんだことをありのままに書くことで、心身の健康や自己肯定感の向上に繋がるなど、メンタルヘルスに良い影響があることで、注目されています。

当社が2020年12月にリリースしたAIジャーナリングアプリ「muute」は、リリースから1ヶ月後の2021年1月にAppStoreのフィットネス/ヘルスケア部門で1位を獲得する^{※2}など、メンタルヘルスやジャーナリングへの注目の高さを象徴する結果となっています。また、muuteユーザーの約9割が「よりよく自分を知ることにつながった」と回答^{※3}し、自己認識力の向上に繋がっていることが明らかになっています。

この「よりよく自分を知ること」というmuuteのコアとなる価値体験を強化するため、音楽とメンタルヘルスの関係性に注目しました。楽天インサイトの調査^{※4}によると、約4割の人がほぼ毎日音楽を聞いており、特

に 20 代は約 6 割の人がほぼ毎日音楽を聞いているとしています。また、音楽を聴くことで、「ストレス解消」「モチベーションの維持・向上」などに貢献することも明らかになっています^{※5}。

今回はまず Spotify 連携機能を開発し、感情と音楽の関係性を分析し、その結果をユーザーに提供します。また、それに合わせて、インサイト機能の大きなリニューアルも実施しました。

※1：2020 年 12 月発表「新型コロナウイルス感染症に係るメンタルヘルスに関する調査の結果概要」

<https://www.mhlw.go.jp/content/12200000/syousai.pdf>

※2：2021 年 1 月発表 AI ジャーナリングアプリ「muute」AppStore ヘルスケア/フィットネス領域のランキング 1 位

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000007.000070478.html>

※3：2021 年 6 月発表 AI が感情分析するジャーナリングアプリ「muute」の利用実態レポート

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000011.000070478.html>

※4：2021 年 5 月発表「音楽に関する調査」

https://corp.rakuten.co.jp/news/update/2021/0518_01.html

※5：2019 年 11 月発表「音楽がもたらすストレス社会に生きる現代人への様々な効果」

<https://blog.sonos.com/ja-jp/brilliant-sound-survey>

【AI ジャーナリングアプリ「muute」とは】

「muute」は、感じたことや思ったことを日記のように自由に書き出し、AI がそれらの感情や思考を分析・フィードバックを行い、自分の感情と思考を客観的に振り返ることができる AI ジャーナリングアプリです。ユーザーは「muute」を活用することで、今まで気づかなかった自己の感情の揺れ動きや思考パターン、価値観や願望などを発見することができ、新しい自分を見つけることができるアプリです。

(URL: <https://muute.jp/>)

【ジャーナリングとは】

「ジャーナリング」は、欧米で人気のメンタル・セルフケア/マインドフルネスの手法のひとつで、頭に思い浮かんだことをありのままに書くことから「書く瞑想」とも言われています。自分の思考や日々の行いを振り返ることで、心身の健康と自己肯定感の向上に効果があることがわかっています。また、昨今のコロナ禍での新しい生活様式における、ストレスを和らげる手法としても注目が高まっています。

■muute 概要



名称: muute(ミュート)

提供開始日: 2020 年 12 月 1 日

価格: 無料

対応 OS: iOS14.0 以上, Android 8.0 以上

ダウンロード方法: https://bit.ly/muute_app

提供/運営: ミッドナイトブラックファスト株式会社

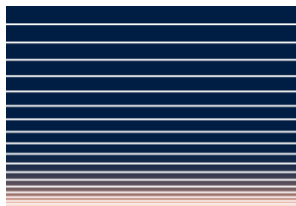
サービス内容:

感じたことや思ったことを日記のように自由に書き出すと、AI がユーザーの投稿内容及び投稿時の位置や時間、天気などの情報を自動分析し、一人ひとりにパーソナライズしてフィードバックを行う。自分の感情と思考を振り返ることで新しい自分を発見することができる。

サービス URL: <https://muute.jp/>

関連リンク : https://note.com/muute_journaling (note), https://twitter.com/muute_jp (Twitter), https://www.instagram.com/muute_jp/ (Instagram)

■会社概要



**MIDNIGHT
BREAKFAST**

会社名: ミッドナイトブラックファスト株式会社

代表者: 代表取締役 喜多 紀正

所在地: 東京都渋谷区恵比寿 4 丁目 5 番 3 号

設立日: 2019 年 5 月 9 日

事業内容: デジタルプロダクトの企画/開発/運営

会社 URL: <https://www.mnbf.jp/>

【本件に関するお問い合わせ先】

ミッドナイトブラックファスト株式会社 広報担当: 森・二宮(株式会社シブード内)

TEL: 050-5472-5084 / 03-6277-2181 E-mail: pr@mnbf.jp