

疲労による不調のない社会を目指して



心拍のゆらぎが
疲れを可視化する

● 簡単、高精度 ムラタの疲労ストレス計MF100



社会問題化する「疲労」—その正体は、脳の疲れ

「疲労」とは、カラダやココロの酷使で、調子が悪くなったり、やる気を失い、本来の力が発揮できない状態のこと*。

疲労の正体はカラダの疲れでも、ココロの疲れでもありません。

実は、脳(神経)の疲れがその正体です。

脳は神経を通じてカラダを制御しており、それがフル回転していると、休息を欲するようになります。

つまり、この脳からのシグナルが「疲労」なのです。

*日本疲労学会では、疲労を「過度の肉体的および精神的活動、または疾病によって生じた独特の不快感と休養の願望を伴う身体の活動能力の減退状態」と定義しています。

心拍変動で「疲労」を測る

何かに集中しているとき、気合が入ったり、やる気になっていたり、没入していたりすると、本当は疲れていても疲労感を感じなくなる場合があります。「疲労」と自分が感じる「疲労感」は異なります。

「疲労」は本来、「痛み」や「発熱」と同等の三大生体アラームの一つですが、つい軽く見られてしまいがち。

疲労で突然倒れてしまう前に、見える化をして休養することが重要です。

心拍や呼吸、消化、発汗、血圧などを制御している自律神経は疲労により異常な状態になります。すると、心拍間隔のゆらぎ(短くなったり、長くなったりする程度)が変化します。

それを分析することで、自律神経のはたらき、疲労度合いがわかります。

● おすすめの用途



健康経営に取り組む
企業の社員健康モニタリング



トラック・バス・タクシー
ドライバーなどの
疲労・ストレス度チェック



調剤薬局やスポーツクラブでの
健康支援活動



製薬・健康食品・リラクゼーション
関連企業での製品やサービスの
効果効果の把握

心拍変動を高精度にはかる、電気・光学2方式

電気・光学の2方式で拍動を測定できる当社の「心拍・脈拍センサ」を実装しています。
高い精度で心拍間隔のゆらぎを測定し、自律神経のはたらきを分析します。



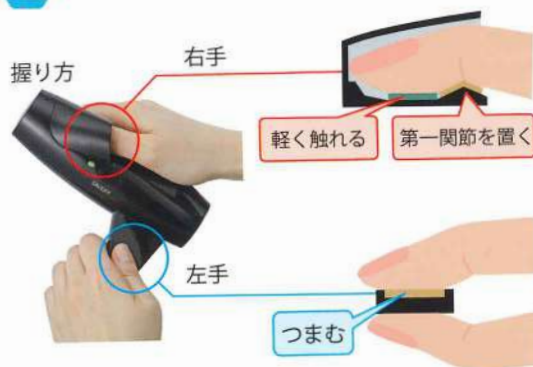
測定方法と測定結果

電池で駆動し無線通信を搭載したポータブルな疲労ストレス計は、両指がセンサに触れるだけで簡単に測定できます。

1 楽な姿勢で椅子に座る



2 下図のように、疲労ストレス計を両手で握る



指のお腹で強く押さえ過ぎたり、あるいは浮いたりするとうまく測定できない場合があります。

3 目を閉じてリラックス

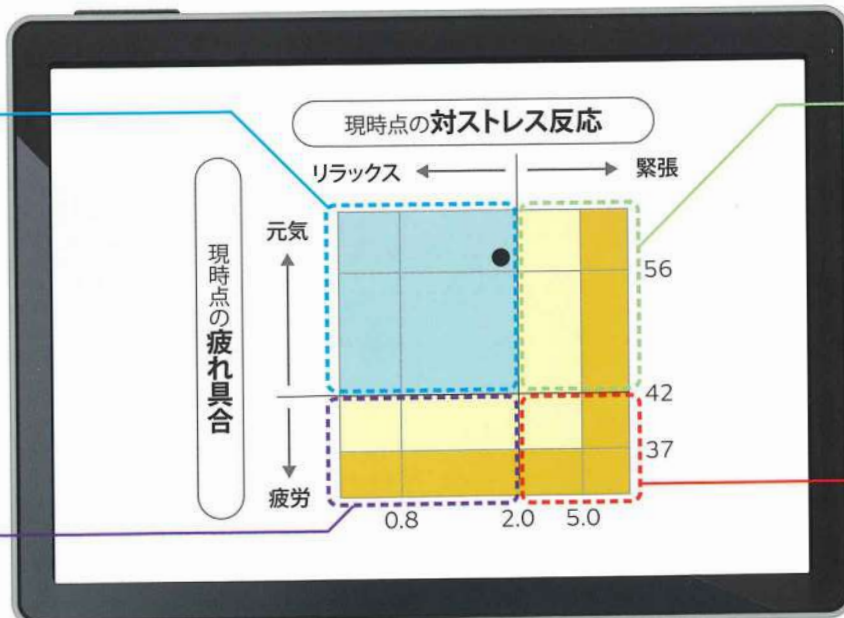


わずかな
時間で測定

4 解析結果をモバイル端末へ表示

正常 ▶
安静状態で副交感神経も働き機能も高い良い状態！

眠い・だるい ▶
疲れていて気力も失い休みたい状態



◀ やる気
安静状態で気が張っているが働き機能も高いお仕事モード！

◀ 疲労困憊
ダメージが蓄積し続け疲労が慢性化した状態…

データの解析方法

測定したデータは、インターネットを経由しクラウドサーバで解析。
モバイル端末にダウンロードした専用アプリへ結果を表示します。

※クラウドサーバ及びアプリは、株式会社疲労科学研究所のサービスです。
疲労ストレス測定サービスについては下記をご覧ください。

<http://www.fatigue.co.jp/siryu.htm>



疲労ストレス計 MF100
バイタルデータの測定



Wi-Fi
iOS/Androidアプリ
測定の開始と結果の表示



クラウドサーバ
データの解析



製品構成

本体 (MF100) ・ 取り扱い説明書 ・ 単三乾電池

ご用意頂くもの

- ・ モバイル端末
- ・ Wi-Fi (インターネット環境)



Wi-Fi



本体 (MF100)

アプリ関連

- ・ 本サービスをご使用いただくには、アプリ (無料) をモバイル端末にダウンロードしてください。
- ・ アプリを利用するには、有料ライセンスが必要となります。(ライセンスNoは、メール及び書面にてご連絡致します)

※アプリのダウンロードと測定結果の詳細に関しては、株式会社疲労科学研究所サイトの「疲労科学研究所バージョン」をご覧ください。
株式会社疲労科学研究所サイト: <http://www.fatigue.co.jp/qa.htm>



監修



倉恒 弘彦先生 プロフィール

- ・ 大阪市立大学医学部代謝内分泌病態内科学 客員教授
- ・ 大阪市立大学医学部附属病院において疲労外来を担当
- ・ 平成21~23年度厚生労働科学研究障害者対策総合事業 (精神の障害/神経・筋疾患分野)

自律神経機能異常を伴い慢性的な疲労を訴える患者に対する客観的な疲労診断法の確立と慢性疲労診断指針作成研究班の代表研究者

製品仕様

形 式	MF100
電 源	DC3V (単3乾電池2本)
通信方法	Bluetooth® 4.1
使用環境	温度10~40℃ 湿度30~85%RH (結露なきこと)
保管環境	温度5~40℃ 湿度5~85%RH (結露なきこと)

寸 法	長さ152×幅100×厚さ67mm
重 量	約110g (電池含まず)
付 属 品	単3アルカリ乾電池2本 (動作確認用)

本製品は医療機器ではありません。
当カタログの記載内容は2020年2月現在のものです。
記載内容について、改良のため予告なく変更することや供給を停止することがございますので、ご注文に際してはご確認ください。
Bluetoothは、Bluetooth SIG Inc.の商標です。
Google Play、Google Play ロゴは、Google LLC の商標です。

株式会社 村田製作所 営業本部 医療機器販売部

本社/〒617-8555 京都府長岡京市東神足1丁目10番1号

<https://medical.murata.com>

ムラタ 疲労 🔍 検索

お問い合わせ先

Wellup

株式会社ウエルアップ

〒220-0004

横浜市西区北幸 2-1-22 ナガオカビル 4F

TEL : 045-317-7908 / FAX : 045-317-7909

URL : <http://wellup.jp>