

2014年5月

仕事と勉強のヒラメキを助けるヒントを提供するウェブサイト 「おやつハッカー (OYATSU HACKER)」

5月20日開設のお知らせ

～脳科学者 澤口俊之先生の CST 理論(*1)解説や、
仕事と勉強に役立つおやつ活用術を発信～

森永乳業は、チョコレート好きのためのチョコレートバーアイス「チェリオ」から、2012 年より提唱している、アイデアが欲しいときや仕事を効率的に進めたいときのおやつ活用術“おやつハック”を発信する情報サイト「おやつハッカー (OYATSU HACKER)」を5月20日(火)に開設します。

<http://www.cheerio-oyatsu-hacks.jp/>

“おやつハック”とは、「チェリオ」が提唱する仕事力と勉強力アップのためのおやつ活用術で、人生のクオリティを高めるための工夫“Life Hacks(ライフハック) (*2)”というワードにちなんだものです。

「チェリオ」は、アイスの中心に板チョコを入れ、食感のある具材を混ぜ込んだパリパリチョコでコーティングした“チョコたっぷりの食べ応え”があるチョコレートバーアイスである特長を活用し、ウェブサイト「おやつハッカー (OYATSU HACKER)」にて、若手ビジネスマンと学生に向けて、脳科学者・武蔵野学院大学教授 澤口俊之先生による、ヒラメキを与える CST 理論の解説から、職場でのおやつのとおり入れ方、男性とおやつの関係、やる気を出すおやつ摂取法などを発信していきます。20代男性の82%が、仕事におやつが必要(2014年4月28日～30日/おやつハッカー調べ)と回答する中、ウェブサイトを通じて仕事と勉強のヒラメキを支援します。

*1 CST理論:チェリオは、「C(Cold)・S(Sweet)・T(Texture)」を兼ね備えたアイスです。脳科学の観点から、クールダウンと糖分補給は、脳を活発に動かし、噛むことで判断や記憶をつかさどる前頭前野を刺激すると言われています。

参考 URL: <http://r25.yahoo.co.jp/fushigi/report/?id=20120912-00026159-r25>

*2 Life Hacks: 効率良く仕事をこなし、高い生産性を上げ、人生のクオリティを高めるための工夫。



1. チェリオ「おやつハッカー(OYATSU HACKER)」概要

■ タイトル

おやつハッカー (OYATSU HACKER)

■ URL

<http://www.cheerio-oyatsu-hacks.jp/>

■ 公開日

2014 年 5 月 20 日 (火)

■ 公開時掲載記事タイトル

『脳科学者澤口先生が語る ヒラメキを与えるCST理論とは?』

『やる気がでないのは脳の淡蒼球(たんそうきゅう)のせい? 脳をダメしてやる気を出す「のうだま」4つの手段を
実践してみた』

『「職場でおやつ」はどこまでOK??』

『上司に愛される「職場おやつ」の食べ方とは?』



2. 調査概要

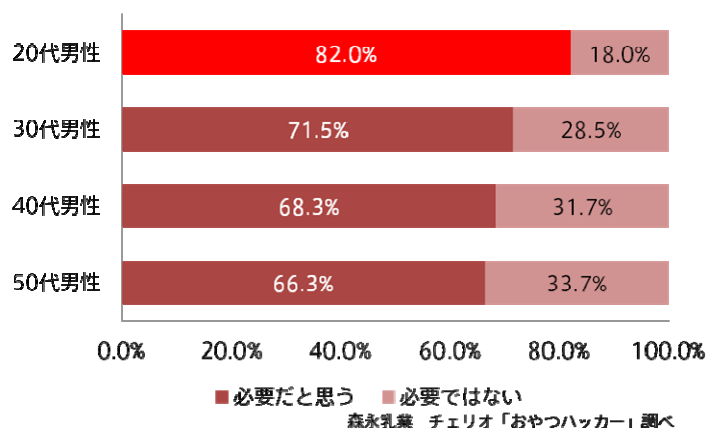
・調査期間:2014 年 4 月 28 日(月)~30 日(水)

・調査方法:Webアンケート方式

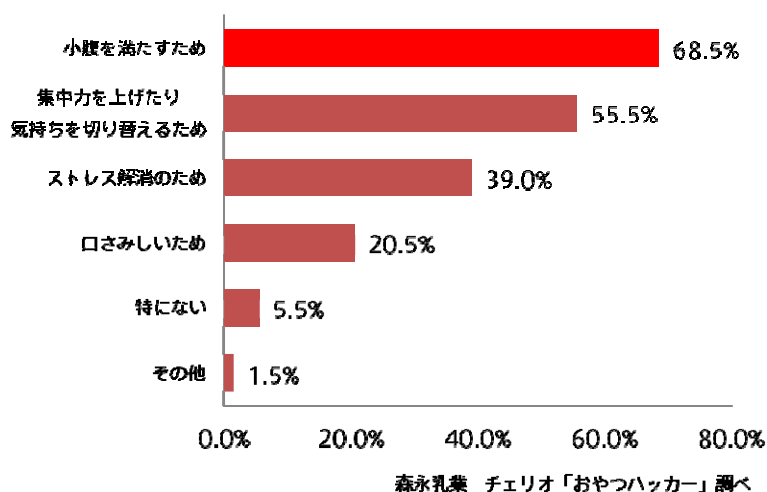
・調査対象:全国の 20 歳~59 歳男女[仕事におやつを月 2・3 回以上食べる方]

※「おやつハッカー」の想定読者層(20 代男性)を中心にアンケートデータを抽出しました。

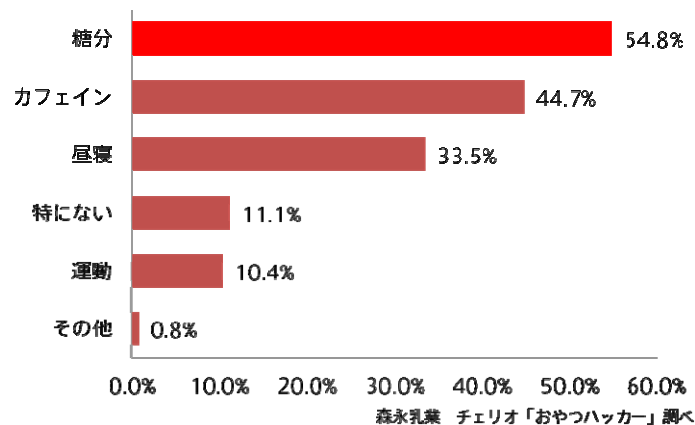
Q1. 仕事におやつは必要だと思いますか。(お答えは1つ) (男性 20 代~50 代/N=666)



Q2. 仕事におやつを食べる動機は何ですか。(お答えはいくつでも) (男性 20 代/N=200)



Q3. 集中力を上げるためには何が必要だと思いますか。(お答えは2つまで) (20代男性/N=200)



※「おやつハッカー調べ」と明記のうえ、調査データをご掲載いただくことが可能です。

※より詳細な調査結果をご希望の方はチェリオ PR 事務局までお問い合わせください。

3. 澤口俊之氏プロフィール

人間性脳科学研究所所長 / 武蔵野学院大学・大学院教授

主要著書:「脳をこう使えば、ボケない、太らない」(小学館)

「やる気脳」(小学館)

コメント:

「脳が活発に働くためには25度の室温が最適という報告があります。これから気温も上昇してきますから、アイスなどを食べて脳を冷やすのがいい。あとは適度な糖分もマスト。脳の栄養であるブドウ糖の補給ですね。最近の研究では、今まで挙げた『冷たい』『甘い』に加えて、食感や歯ごたえ、香りなども脳に大きな効果をもたらすことが分かっています。メリハリのきいた食感は脳にも効果を発揮し、ひらめきをもたらしてくれるでしょう」



4. チェリオ商品紹介

「チェリオ」は、アイスの中心に板チョコを入れ、食感のある具材を混ぜ込んだパリパリチョコでコーティングした“チョコたっぷりの食べ応え”があるチョコレートバーアイスです。アイス好きはもちろんのことチョコレート好きのお客さまにもご愛顧いただいております。

■商品ラインナップ[希望小売価格(税別)・容量]:

チェリオ バニラ(1本入り)[120円、90ml]

チェリオ バニラ(5本入り)[300円、60ml×5本]

チェリオ イースターエッグプリン味[120円、90ml]※期間限定品

チェリオ ストロベリー[300円、60ml×5本]



チェリオバニラ(1本入り)



チェリオイースターエッグプリン味(1本入り)



チェリオバニラ

(5本入り)



チェリオストロベリー

(5本入り)

以上