NBCA
NIPPON BUSINESS CONDITIONING ASSOCIATION

すべての人に動ける喜びを、これからも。



カラダとココロのコンディションを、見える化。

NBCA CUBE

5分でわかる、あなたのコンディション。

働く人も、シニアの方も。人生をもっとアクティブに。

NBCA CUBEは、身体機能だけでなく、
脳・神経、筋肉、心身の状態まで多面的に測定し、
一人ひとりの「Life Performance（ライフパフォーマンス）」を
可視化する **コンディション可視化アプリ** です。

企業の健康経営から、シニアの健康づくりまで。
2つのモードで、それぞれの目的に合わせてご利用いただけます。

共通の測定項目

シンプルな測定で、
多くのことがわかります。
（1人 約5分）

- **身長・体重**
  BMI
  （身体状態の評価）
- **握力**
  全身の
  筋肉量の目安
- **閉眼または開眼片足立ち**
  脳・神経の
  コンディション
- **下肢荷重力**
  身体を支える力
  （転倒予防）
- **腹囲**（任意）
  ・内臓脂肪の目安
  （メタボリックリスク）
  ・身長と腹囲の割合
  （腹囲身長比）

＋ モードに応じたアンケートでさらに詳しく評価します。

企業モード

働く人の
Life Performance を可視化

東大SPQを含む各種アンケートで、仕事に関わるコンディションを総合的に評価します。

測定・アンケート項目

- 東大SPQ
  （プレゼンティーイズム・元気度）
- 集中度
- 睡眠
- 疲労感



企業担当者向け 集計機能
（希望企業のみ）

個人・グループ・事業所・全社の測定データを集計・分析。自社の健康経営に関する課題をデータで把握できます。

シニアホームモード

暮らす人の元気度を見える化

SPQの代わりに「元気度」アンケートで、
シニアの方の心身の状態を総合的に評価します。

測定・アンケート項目

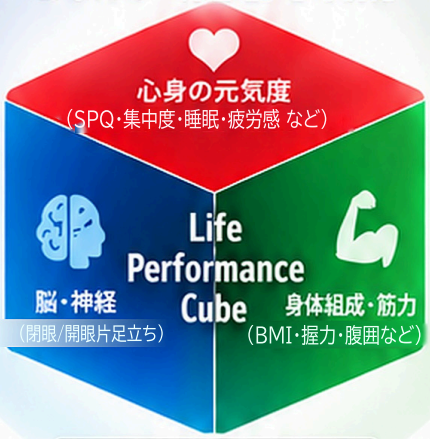
- 元気度
- 気分・意欲
- 睡眠
- 疲労感 など



施設管理者向け 集計機能
（希望施設のみ）

個人・フロア・施設全体の測定データを集計・分析。利用者の健康状態や介護予防に関する課題をデータで把握できます。

3つの視点で あなたの「現在地」を可視化



総合評価

Life Performanceポイント ＋ 転倒予防ポイント

専用エビデンスベースAIが あなたの結果を分析し、考察・アドバイスをフィードバック

測定・アンケートの結果に対して、
一人ひとりに合わせた考察とアドバイス、
さらに改善のためのトレーニングメニューまで
ご提案します。

結果の考察

あなたの強み・課題を
わかりやすく解説

例：プレゼンティーイズムが
やや高めです。集中しやすい
環境を整えましょう。

改善アドバイス

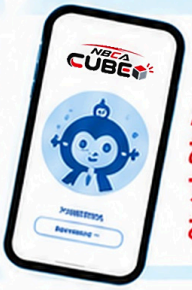
転倒予防・睡眠改善・
仕事中の休憩の取り方など
日常生活のアドバイス

例：睡眠の質を高めるために
就寝前のスマホ時間を
減らしましょう。

トレーニングメニュー

目的に応じた簡単な
運動メニューを提案

例：下肢の安定性を高める
スクワットや片足立ち
トレーニングを行いましょう。



AIが あなた専用の アドバイスを お届けします！

NBCA CUBE 4つのメリット

- **短時間**
  1人 約5分
- **シンプル**
  特別な医療機器を
  必要としない測定
- **わかりやすい**
  数値・グラフ・3Dで
  可視化
- **継続できる**
  定期測定で
  変化を追跡

健康は、「測る」ことで変えられる。
NBCA CUBEで、自分の現在地を知ることから始めませんか？

NBCA
NIPPON BUSINESS CONDITIONING ASSOCIATION
一般社団法人 日本ビジネスコンディショニング協会
NBCA CUBEについてのお問い合わせはこちら
info@nbca.or.jp