



社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン  
「シャルロッテ」

株式会社ロッテ  
2023年9月28日(木)

## 5万人の大人の学びを支援。ガムを噛むことによる集中時間を提供

ガムで集中！ さよなら#ついついスマホ～大人の学びサポート～

株式会社ロッテは、共創コミュニティ「LOTTE KX LAB.」が進める「さよなら #ついついスマホ-大人の学びサポート-」プロジェクトを、ワークスペースを提供する3社、株式会社ブックマークス（「勉強カフェ」運営）、Ascent Business Consulting株式会社（「BasisPoint」運営）、コインスペース株式会社（「coinspace」運営）とスタートします。

このプロジェクトは、集中力を維持しにくいと言われていた現代に、ガムを噛むことによる集中時間を提供して大人の学びを支援することを目指しています。昨今、スマートフォン（以下スマホ）の普及によって、生活が劇的に便利になってきました。一方で、手元にあるスマホを必要もないのにさわってしまう“ついついスマホ”により、仕事や勉強に集中しにくいという課題が出てきています。リスキングという言葉が一般化しているように、社会人が学ぶということが広がっていますが、忙しい社会人にとっては短い時間で集中して取り組むことが重要です。そこで、ガムを噛むことにより集中力が向上するという研究報告（<https://www.lotte.co.jp/kamukoto/brain/854>）に着目し、3社のワークスペースにおいて延べ5万人の方にガムを配布して、集中時間をサポートしたいと考えました。また、集中するためのメソッドや動画コンテンツを提供します。多くの方に集中した学び時間を提供していきますので是非ご期待ください。



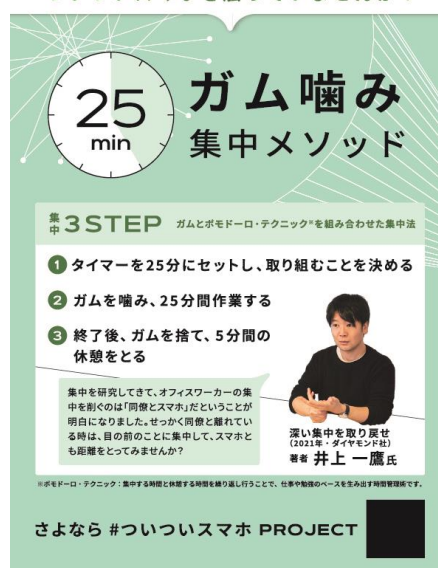
### 【実施概要】

勉強カフェ、BasisPoint、coinspaceの利用者に対して、「ガム」、「集中メソッド」、「集中について学べる動画コンテンツ」の3点を、2023年11月23日より提供していきます。ガムはなくなり次第、配布を終了します。



配布するオリジナルパッケージガム

ついついスマホを触っていませんか？



集中メソッドを紹介するPOP



動画コンテンツ



社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン  
「シャルロット」

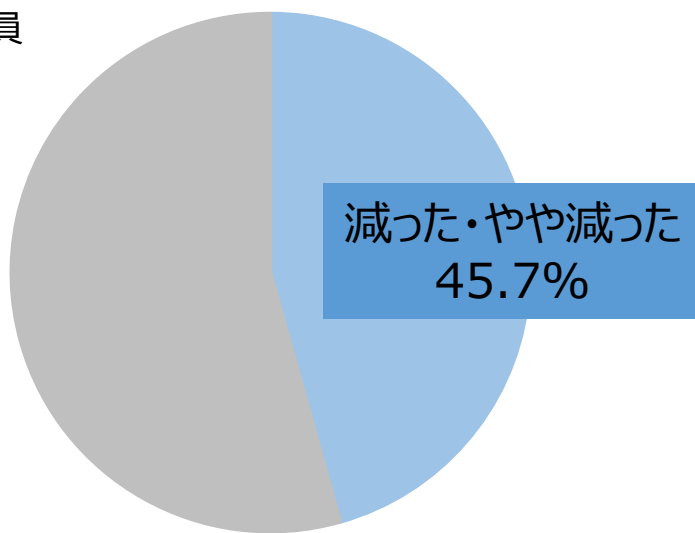
### ■ガムを噛むことによる集中力向上と脱スマホ時間

仕事や勉強に集中するためにガムを噛むという方がいらっしゃいます。実は、ガムを噛むことによる集中力向上は研究データでも示されています。デスクワークや作業中の集中力を高めることで、スマホの誘惑を断ち切り、目的もないのになんとなく気になって触ってしまうスマホ時間を減らすことができると考えています。仕事中にガムを取り入れていただいたところ、45.7%の方が仕事についてスマホをさわってしまう回数が減ったと回答しています。ガムがもともと好きだったという方に限定すれば60.0%の人が、スマホをさわる回数が減ったと回答しています(\*1) (下記グラフ参照)。

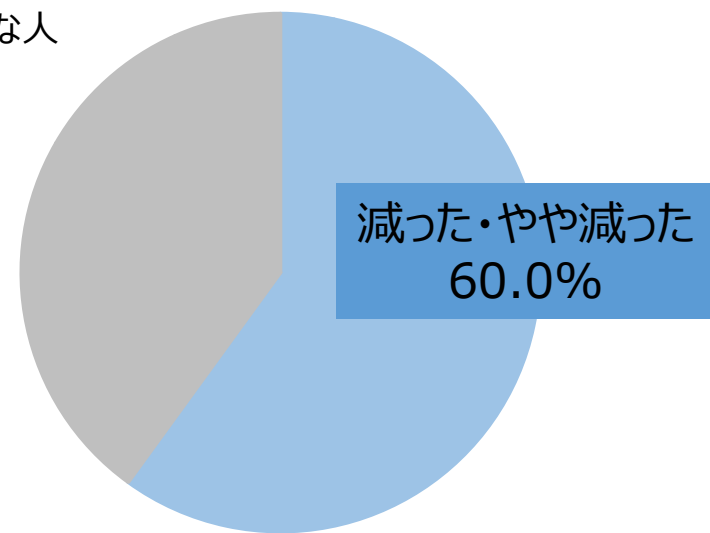
(\*1) 調査対象：全国の20～60代の男女、有効回答数：46名、調査期間：2023年5月30日(火)～6月9日(金)、ロッテ調べ

《仕事中にガムを取り入れたことで、スマホを見る回数が減ったと回答した人》

①対象者全員  
(n=46)



②ガムが好きな人  
(n=30)



### ■さよなら#つついスマホ～大人の学びをサポート～とは

昨今、スマホが普及し、生活や仕事が劇的に便利になった一方で、デスクワークや勉強中に、つい気になってスマホを見てしまうなど、集中時間が邪魔されてしまっているという方も多くいるようです。つついスマホを触ってしまう時間を集中時間に変えていくために、集中して勉強したり作業することをサポートする取り組みを開始します。プロジェクトの背景や内容、今後の展望などについてはプロジェクトチームのインタビュー記事をご覧ください。

<https://newspicks.com/news/8679372>

### ■「さよなら#つついスマホ」共創企業様を募集中！！

スマホと適切な関係性を構築して、よりよい時間を過ごすことを推進する本プロジェクトは、ロッテだけで実現することには限界があり、今後より多くの外部パートナー様と共創してまいります。

本プロジェクトにご興味のある企業様は株式会社ロッテコーポレートコミュニケーション部広報課まで、ご連絡ください。

### ■LOTTE KX LAB. とは

「LOTTE KX LAB.」は、ソーシャル経済メディアNewsPicks (株式会社ユーザベース) が運営する法人向けマーケティング支援事業「NewsPicks Creations」がプロデュースする共創コミュニティです。

NewsPicksに関わる企業や有識者、ユーザーと株式会社ロッテで構成されています。科学的にも様々なメリットのある「噛むこと」の価値を世の中に生かしていくため様々な方々と価値探索を行い、世の中に広げていく取り組みです。

### ■NewsPicksとは

NewsPicksはオリジナル記事や動画番組に加え、The Wall Street Journal や The New York Times などの国内外 100以上のメディアのニュースを配信する「ソーシャル経済メディア」です。旬なビジネスカンファレンスや、ホットピックを深掘るコミュニティなども充実。各業界の著名人や有識者が投稿したコメントと共に、多角的にニュースを読み解くことができます。