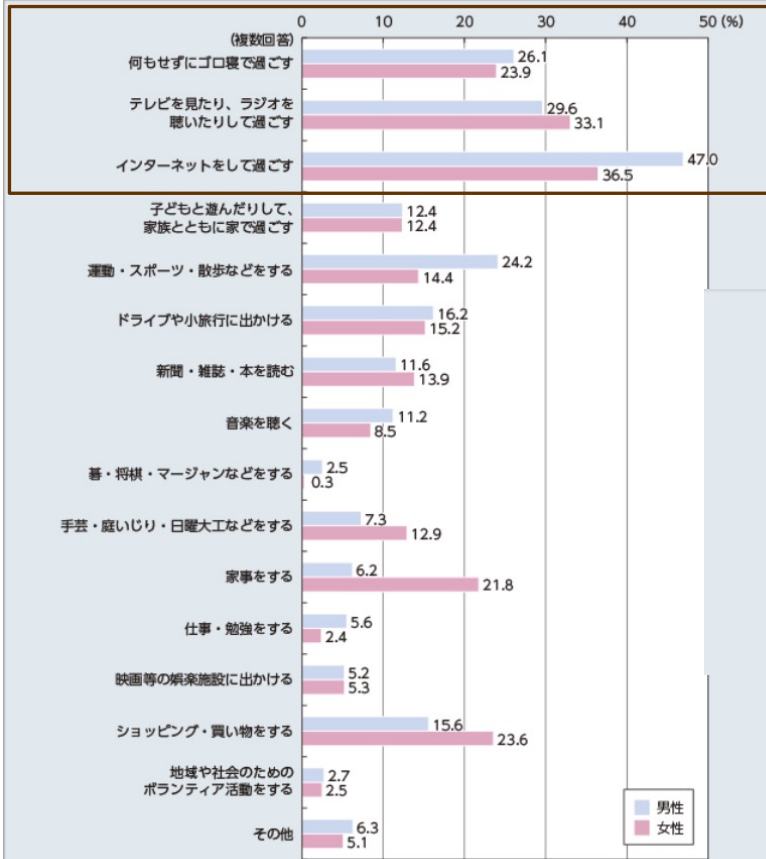


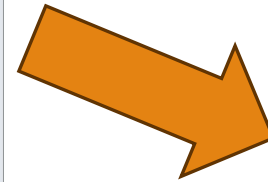
情報サービス最終発表

空き時間の過ごし方

図表 2-3-25 実際の休日の過ごし方 (性別)



資料：厚生労働省政策統括官付政策評価官室委託「健康意識に関する調査」(2014年)



空き時間の過ごし方

後悔してしまう休日の過ごし方			単位:人
1位	寝すぎる	253	
2位	動画・テレビばかり観ている	59	
3位	ダラダラ過ごす	51	
4位	ネット・スマホばかり見ている	44	
5位	外出しない	34	
6位	SNSばかり見ている	21	
同6位	やりたかったことができない	21	

後悔している過ごし方＝多くの人の
過ごし方

[社会人の独身男女497人、休日の過ごし方に関する意識調査](#)
[| リサーチ広場 \(kcsf.co.jp\)](#)

なぜ空き時間に何も出来ないのか

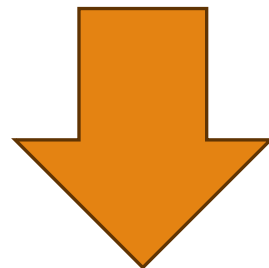
- ・金銭的な問題

- ・体力的な問題

- ・決断する負担

決断疲れ

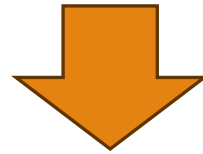
人間は一日に3万5千回も決断をしているという研究も



何かを決めるのには大きなエネルギーが必要

課題と提案

何かを決めるのにはエネルギーが必要



空き時間に自分から何か予定を決めるのは大変



予定の提案をするスケジュールアプリ

価値

- ・空き時間が充実
- ・予定を決めるストレス減少

市場調査

カレンダーアプリ、To doアプリ自体は多いがカレンダー側から提案するアプリは見当たらない

考えられる理由

- 難易度
- 発想
- 需要

機能

カレンダー機能

+

予定自動生成機能

空き時間活用機能

予定自動生成機能

細かい予定をランダム
生成

例 ご飯、遊び

The screenshot shows a web application interface for generating a schedule. At the top, there is a red tab labeled "morning" and a grey input field labeled "Plan Name...". To the right of the input field is a button labeled "自動プラン生成". Below the input field, there is a blue modal window. Inside the modal, there is a toggle switch labeled "終日" (All day) which is currently turned off. Below the toggle, there are two rows of date and time selection. The first row is labeled "開始" (Start) and the second row is labeled "終了" (End). Both rows have a date field set to "0001/01/01" and a time field set to "00:00". At the bottom of the modal, there is a red button with a white "X" icon and a grey button labeled "登録" (Register).

空き時間活用機能

起動時空き時間とやりたいことを 表示 & ドラッグで予定入力

最終的に空き時間ごとに予定を
提案→ワンクリックで空き時間の
予定作成

今日やってみませんか？	
やりたいこと	今日の空き時間

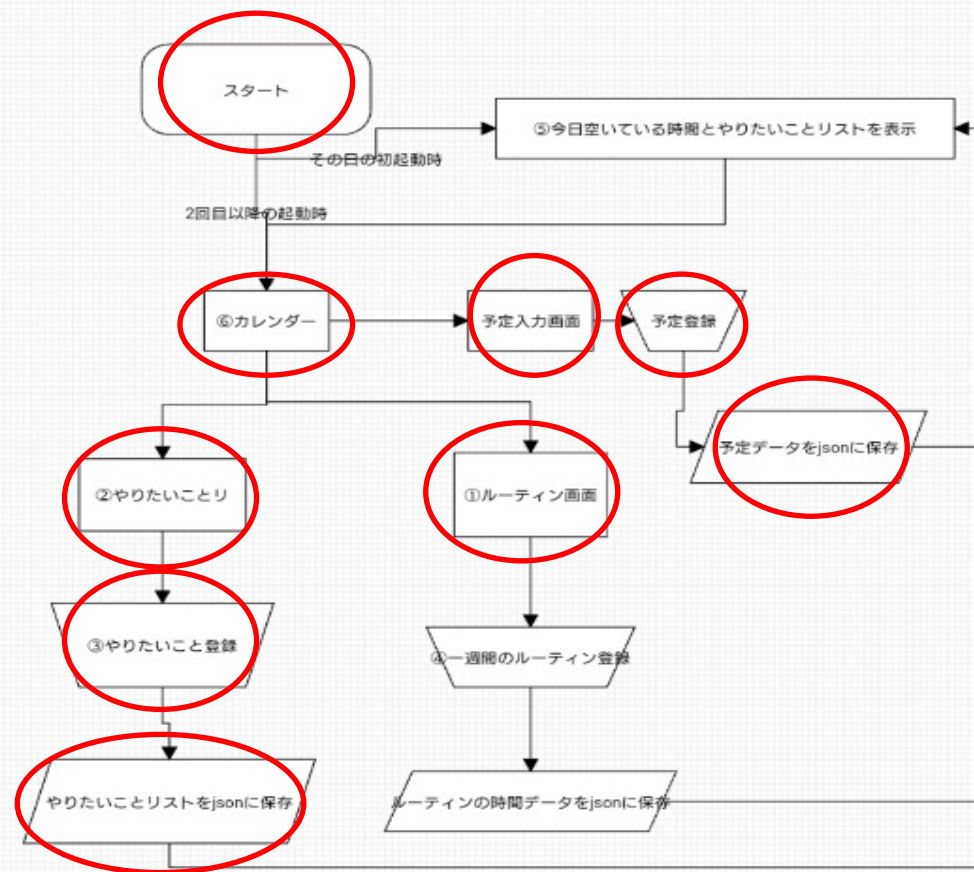
現状

カレンダー機能→完成

予定自動生成機能→一部完成

空き時間活用機能→レイアウトまで

フローチャート



画面紹介1

2024/01/23		+
01/23	(火)	+
01/24	(水)	+
01/25	blank 00:00 ~ 00:00	+
01/26	ii 11:11 ~ 11:22	+
01/27	blank 00:00 ~ 00:00	+
01/28	(日)	+
01/29	(月)	+

Last

+

Want

Next

Plan Name...

Time Set

:

:

123Del

456Now

7890

EnterClearReturn

×

登録

◀ Prev Month

2024/01

Next Month ▶

31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10

DAY TIME

画面紹介2

2024/01/24 22:44:34

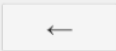
 read comic 2024/01/17	Edit Delete
 Programming 2024/01/23	Edit Delete

Enter text...



やりたいことリスト

...	watch video	Edit Delete
...	create game	Edit Delete
...	play video game	Edit Delete

play video game

必要な時間	20:00
期限	2024/02/29 00:00
最小時間	02:00
最大時間	02:00

 登録

展望

1. 予定自動生成の内容拡張
2. 空き時間活用機能の完成
3. アプリリリース

展望2

Ex. ゲーム性の作成

Ex. 言語AIとの連携

Ex. 効果音、BGMの作成

A solid orange horizontal bar at the bottom of the slide.