

1. はじめに

『毎日を「いい日だった」で終わられていますか?』心理学者セリグマンが提唱した「毎晩3つのいいことを思い出す」という習慣には、幸福度を高める効果があるとされている。しかし、従来の日記ではネガティブなことの方が思いつきやすいという問題点が挙げられる。本作品はこの問題を解決し、幸福度を高めることのできる新たな日記のシステムである。

2. 作品概要

「はなうた日和」は「いいこと」を書くことで花が咲く日記アプリと、それに連携された花瓶型のハードウェアで構成される。ハードウェアを用いた花の見た目や香りによって日記の継続を促したり、アプリでのAIサポート機能によってポジティブ思考を促したりする。

3. 「はなうた日和」の機能

3.1 「いいこと」に合った花を生成

その日に日記に書いた内容に合った花言葉を持つ花が、季節の数種類の花から1日1輪選ばれて咲く。また、「いいこと」の数によって花の色の濃淡も変化する。

3.2 花束の生成

1 か月間でユーザーが日記に記録した「いいこと」が咲かせた花は花束となり、「いいこと」が可視化された花束を見て成長を感じることができる。

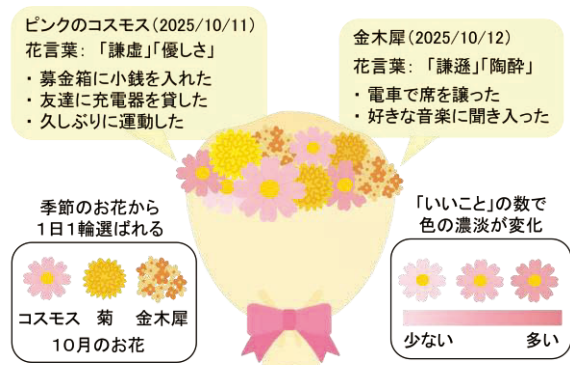


図1 生成される花の例

3.3 ハードウェア

花瓶型ハードウェアは、部屋に溶け込むインテリア

となり、視覚、嗅覚から幸せを与える。ディスプレイでは、アプリと連携して咲いた花の様子が見られ、搭載されたアロマディフューザーにより花の香りで癒されることもできる。

3.4 AIサポート機能

「いいこと」は何気ない日常にあるのに、気づけないことは多い。そこで「はなうた日和」では、AIを用いたネガティブなことをポジティブに捉えなおすリフレーミング機能や、質問項目を選択するだけで日記が完成する機能などにより「いいこと」の発見をサポートし、手軽な日記を実現している。



図2 アプリのUIイメージ

4. システム構成

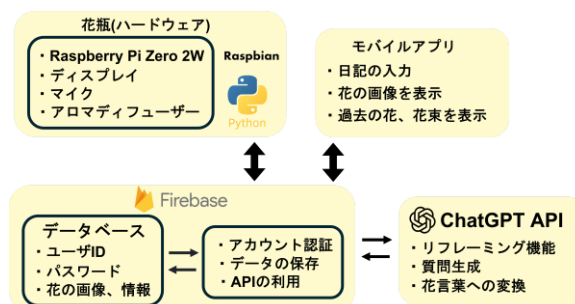


図3 システム構成図

5. おわりに

学校でクラスにハードウェアを設置し実証実験を行った。「いいこと」を見つけて、みんなで一つの花束を育てることができ、前向きな心を育むこともできた。また、30%ほど生まれてしまう廃棄のお花を活用して実際にお花を届けることを検討している。