

令和8年度 松本ヘルス・ラボ モニタリング事業

「信濃の国」が歌える
65歳以上の方へ

募集締切
7/31(金)

カラオケとストレス軽減

認知機能に関する調査

モニター募集

特典

最大**3,500円**分のギフト券

STEP1～STEP2まで調査が全て完了した方

調査目的



趣味としてカラオケなどで歌を歌うという行為がストレス解消の効果を持つことを問診票や読み上げ音声による既存の手法で科学的に示すこと

読み上げ音声に替えて歌声からでもストレスのレベルを評価できる手法を開発すること

カラオケでの歌唱から認知症の危険性である軽度認知障害を検出する手法を開発すること

参加条件



- 65歳以上（申込時）
- カラオケでの歌唱に負担を感じない（*1）
- 「信濃の国」を2番まで歌唱できる
- 松本ヘルス・ラボ LINE会員（*2）

（*1）耳鼻咽喉科疾患により発声が問題ある方は参加できません。

（*2）モニター調査の参加には、松本ヘルス・ラボLINE会員登録（登録無料）が必要です。

調査スケジュール

STEP 1

募集締切
7/31(金)

モニター調査申込

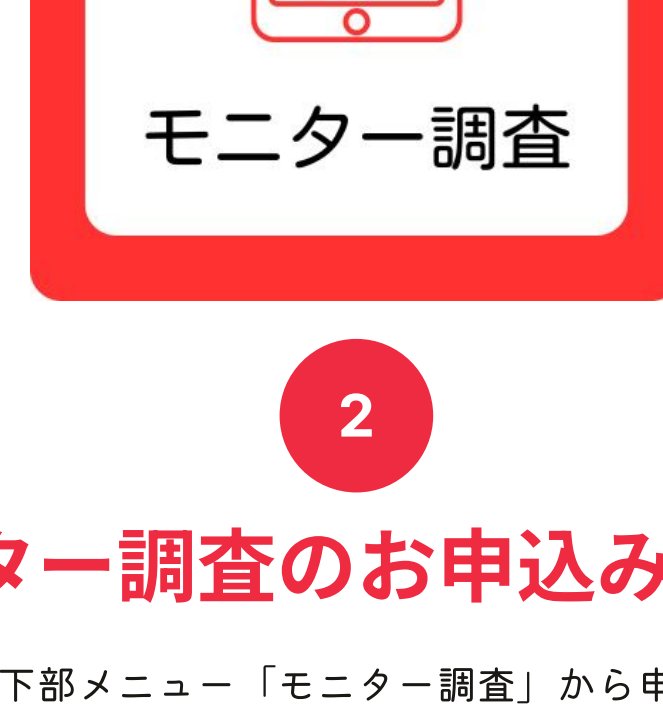
「モニター調査」に申込むだけ。

まだLINE会員でない方は **1** へ LINE会員登録済の方は **2** へ



1
LINE会員登録

LINE友だち追加、入力フォームから会員登録



2
モニター調査のお申込み・同意

下部メニュー「モニター調査」から申込

STEP 2

検査日
8/20・21

会場検査

ストレスと認知機能に関するアンケート・検査
& カラオケ歌唱（4曲）

検査日：8月20日（木）または8月21日（金）（いずれか1日）

会場：ビッグエコー フォルテ松本店（長野県松本市中央1-5-1）

検査項目

（所要時間 1時間程度）



読み上げテスト



アンケート回答



認知機能検査



課題曲

- ① 「信濃の国」2番まで
- ② 任意曲①
- ③ 任意曲②
- ④ 任意曲③

カラオケ歌唱

- * 任意曲は当日までに候補を決めてください。（1曲5分以内）
- * 研究のため録音します。
- * 所要時間は、個人により異なります。
- * 交通費は参加者負担となります。お車の場合は指定駐車場（松本市中央駐車場）をご利用ください。駐車券をお渡しします。

参加特典

特典1

ビッグエコー
優待券
2,000円分

松本市内各店限定



特典1は、会場検査終了後にお渡しします。

特典2

電子マネー
1,500円分

スマホ決済でつかえる電子マネー



特典2は、9月上旬頃LINEでご連絡します

以上で調査は終了です。
ご協力ありがとうございました。



松本ヘルス・ラボ LINE会員登録が必要です
（登録無料）

LINE友だち追加・会員規約に同意のうえ、入力フォームから会員登録
会員登録（氏名／生年月日／携帯電話番号）

モニター調査 申込方法

1



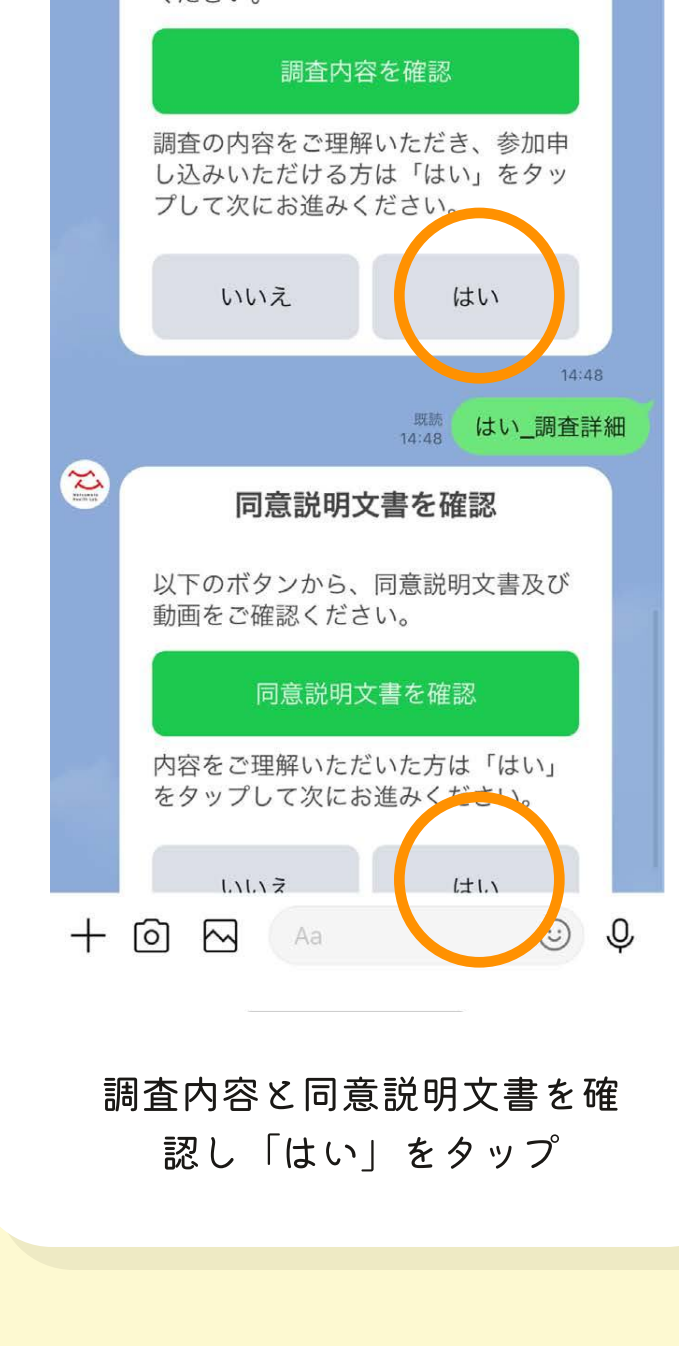
「モニター調査」をタップ

2



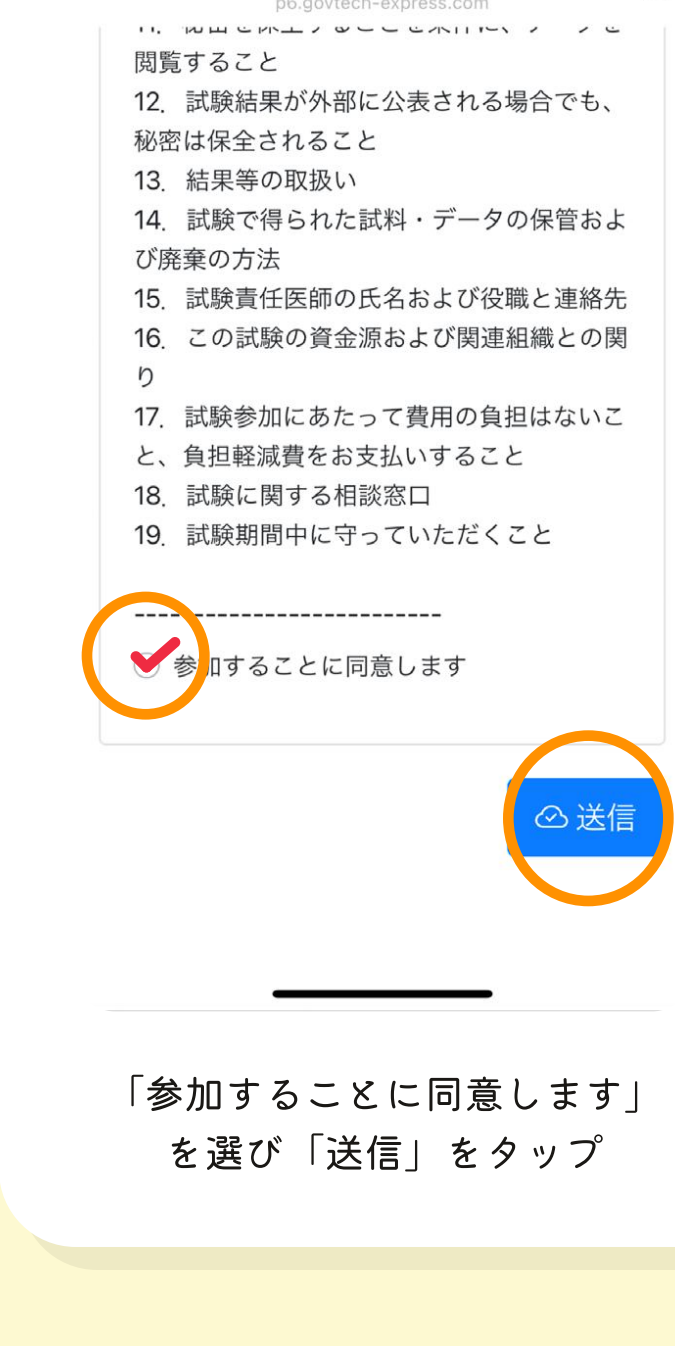
「募集中」をタップ

3



調査内容と同意説明文書を確認し「はい」をタップ

4



「参加することに同意します」を選び「送信」をタップ

モニター調査のお申し込みありがとうございました。



一般財団法人
松本ヘルス・ラボ

お問合せ

〒390-0811 松本市中央1-18-1 Mウイング1階
TEL 0263-39-1139（平日 10:00-17:00）
E-mail：info@m-health-lab.jp