

# 5分で「次の一手」が出るTODOで、ママの毎日に余白を

AIが判断を代行→迷いゼロへ、家族時間と自分時間を取り戻す

miyatti (GitHub: [miyatti777](#))

2025-09-09 AIPMハッカソン

## 朝と昼に迷いが連発

「仕事と家事が混在して、今は何をやるべきか毎回迷う...」

混乱・ストレスで判断時間が毎回3-10分ロス／集中力も低下

## ペルソナ: さくらさん

- 35歳・女性／事務職（在宅と出社のハイブリッド）
- 6:30起床→朝食/弁当→8:00送迎→9:00出社
- 12:00 昼休み買い出し／18:00 お迎え→19:00夕食
- 21:30 寝かしつけ→22:00 家事残務/自分時間
- 大切にしていること: 家族時間・効率・安心感（やり忘れゼロ）





## 発見した3つの課題



### PR1: 朝の判断が毎回止まる

- 時間制約下で「最初の一手」を決められない（毎朝）



### PR2: 仕事×家事が混在

- コンテキスト切替コストが高く、迷い・ストレス（昼/工作中 週10-15回）






### PR3: 隙間時間を使い切れない

- 5-10分の短時間でできるタスクが把握できない（夜間に頻発）

## ソリューション仮説

コンテキスト分離＋スマートルーティン＋隙間時間マッチングで、迷わず効率的にタスクを進め、家族時間と自分時間を確保できる。

### 実装した3つのコア機能（MVP中心）

1.  モード切替（仕事/家事）...今の文脈に集中（ST2）
2.  「今やる一つ」...朝の一手を自動提示（ST1）
3.  隙間時間マッチング...5/10/30分で候補提示＋達成感可視化（ST3）



## SmartTodo-Mama (MVP)

ライブ実演（モード切替→「今やる一つ」→隙間時間提案）

## ■ 実際の画面（MVP）

### モード切替と「今やる一つ」

- ワンタップでモード切替（仕事/家事）
- モードに応じたタスクのみ表示
- 優先度計算でトップ1を提示（残り時間・重要度を考慮）
- 朝の判断時間を3-5分短縮

# エモーショナルなアウトカム

## Before

- いつも迷って時間だけ過ぎる
- 家事と仕事 that 頭の中で混線
- 自分時間に罪悪感がある



## After

- 迷いゼロでサクサク進む
- いま必要なことだけに集中できる
- 家族時間・自分時間に余白が生まれる



## 初期検証の結果

### 定量効果（MVP内）

-  MVP達成タスク: 8/8（100%）
-  朝の判断に要する時間: **体感で-3~-5分/回**（要ユーザ検証）

### 定性フィードバック（暫定）

「モードの切替で頭がスッキリする」

## 仮説検証で学んだこと

### ✅ 検証できた仮説（MVP）

- モード切替で混在課題の迷いが軽減 → 集中維持
- 優先度算出＋単一提示が朝の初動を加速

### 🤔 新たな問い

- 通知/カレンダー連携で更に迷いを減らせるか？
- 音声入力やWearable連携は有効か？

 MVPで大切にしたい価値の流れ

 迷い削減



 集中



 家族時間 と  自分時間

## Next Step (MVP2)

### 検証したいこと

1. 通知/カレンダー連携で「次の一手」を先回り提示
2. 隙間時間ログの振り返りと改善提案
3. アクセシビリティ改善（キーボード操作/コントラスト）

### 技術的チャレンジ

- ローカル/クラウドのデータ同期
- 優先度モデルの精緻化と計測（計測基盤）

 **Thank you!**

AIが判断を代行→迷いゼロへ、家族時間と自分時間を取り戻す

成果物: `Stock/programs/AIPM_Hackathon/projects/SmartTodo-Mama/submissions/submit_2025-09-09/`

GitHub: <https://github.com/livyn-inc/aipm-hackathon-share/pull/1>



## Appendix: 開発プロセス

1. 仮説駆動: ペルソナ/体験マップ → 課題定義 → ソリューション
2. 設計: ストーリー/スクリーン/ワイヤー
3. 実装: T\_COMMON\_ENV → ST2 → ST1 → ST3 (MVP完成)
4. レビュー: 進捗レポート/acceptanceガイド
5. 提出: 成果物パッケージング → Share PR

詳細: [Flow/202509/2025-09-09/hackathon\\_new/](Flow/202509/2025-09-09/hackathon_new/)