

リフクラ（日本）

調査項目	内容
累計ダウンロード数 （世界 / 日本）	2023年6月リリースの新興アプリ。公式な累計DL数は未公表（国内中心で数千規模と推定）。
収益情報 （推定月間売上 / 価格設定）	基本機能は無料提供。追加機能の有料プランあり（ユーザーの声から 月額プラン が存在 ¹ ）。具体的な料金や収益規模の公開情報はなし（当面収益化よりユーザー拡大を優先か）。
課金率 （無料→有料転換率）	データなし （サービス開始直後のため不明）。一般的にメンタルヘルス系アプリの有料転換率は2～5%程度と言われる ² が、リフクラの実態データは未公開。
日本市場での状況 （App Store ランキング / 日本語対応 / レビュー傾向）	ランキング ：リリース直後で主要カテゴリでの上位ランク記録は確認されていません。 言語対応 ：日本語のみ（国内ユーザー向けに設計）。 ユーザーレビュー ：「実質的で使いやすい、とても良いアプリ」といった好意的評価があり、ローンチ直後から有料版登録者も出るなど手応えあり ³ 。AIとの対話による内省支援という新しいアプローチが注目されつつあります。

muute（日本）

調査項目	内容
累計ダウンロード数 （世界 / 日本）	150万DL （累計、ほぼ日本国内） ⁴ 。※2023年5月時点で100万DL達成 ⁵ 。
収益情報 （推定月間売上 / 価格設定）	価格設定 ：基本無料＋プレミアムサブスク（月額750円・年額5,000円） ⁶ （※当初は月額500円でしたが後に改定 ⁷ ）。 月間売上（推定） ：有料転換率2～5%程度の場合、数万規模の有料会員と推定 ² 。仮に3万人～7.5万人が課金し平均月額500円程度支払っているとすれば、 月商1500万～4000万円規模 と推定されます（あくまで推計）。
課金率 （無料→有料転換率）	推定数% （一般的な範囲である2～5%が目安 ² ）。無料ユーザーの大半は無料機能のみ利用し、一部（数%）がプレミアムプラン転換と見られます。
日本市場での状況 （App Store ランキング / 日本語対応 / レビュー傾向）	ランキング ：ローンチ直後にApp Store「ヘルスケア/フィットネス」カテゴリで1位獲得 ⁸ 。以降も自己分析・日記系でトップクラスの認知度。 言語対応 ：日本語ネイティブ対応。 レビュー傾向 ：Z世代を中心に「書く瞑想」として支持され、「日記が続けやすい」「自己理解が深まる」と好評。 ⁹ 一方で「情報が多く最初は戸惑う」「無料版の機能制限が多い」といった指摘も一部にあります ¹⁰ 。総じて評価は高く、継続利用者も多い傾向です。

Awarefy（日本）

調査項目	内容
累計ダウンロード数 （世界 / 日本）	70万DL以上（累計） ¹¹ 。ほぼ日本国内ユーザー。※2024年時点で50万DL達成報告あり ⁹ 。
収益情報 （推定月間売上 / 価格設定）	価格設定：一部無料機能＋有料プラン2種（ベーシックプラン月額約800円〈年額7,680円〉）、AIパートナープラン月額約1,600円〈年額15,200円〉※年払い20%割引適用時 ¹² ）。 月間売上（推定）：ダウンロード規模から見て、有料会員数1～3万人規模か（2～5%転換として） ² 。平均月額1,000円前後と仮定すると、月商1,000万～3,000万円程度と推定されます（推定）。
課金率 （無料→有料転換率）	推定数%台（数値非公開）。一般的目安と同様、数%程度と推測されます ² 。AIチャットなど高度機能は有料会員限定のため、必要性を感じたユーザーが年額プランに加入するケースが多い模様。
日本市場での状況 （App Storeランキング / 日本語対応 / レビュー傾向）	ランキング：メンタルケア系アプリとして堅調な人気。2022年Googleベストアプリ隠れた名作部門に選出され知名度向上 ¹³ 。ストアのヘルスケア部門でも上位常連。 言語対応：日本語対応（音声ガイドやAIキャラクター「ファイさん」も含め日本語）。 レビュー傾向：「24時間AI相手に悩みを相談できる点が素晴らしい」「認知行動療法で心が楽になった」など効果を実感する高評価が多い ¹⁴ ¹⁵ 。一方で「年額プラン一択で月額プランがないのは痛い」と価格設定への要望や、細かなUI不具合の指摘もあります ¹⁶ ¹⁷ 。総合評価は高く（★4.6前後）、ユーザーのメンタルヘルス改善に寄与しているとの声が多いです。

Reflectly（海外）

調査項目	内容
累計ダウンロード数 （世界 / 日本）	全世界1,000万以上 ¹⁸ （デンマーク発のグローバル展開アプリ）。日本での公式DL数は非公開だが、英語版のみのため国内ユーザーは限定的。参考: 2025年時点でApp Storeレビュー件数8万超・平均★4.6 ¹⁹ と世界的な利用者規模が伺える。
収益情報 （推定月間売上 / 価格設定）	価格設定：基本無料＋プレミアムサブスク（月額約\$9.99、年額\$59.99） ²⁰ 。 月間売上：全世界で累計数百万ドル規模の収益実績があると推測されます（2020年に約4.3百万ドルの資金調達 ²¹ ）。ただ直近は成長が鈍化し、一部地域（例:米国）では月収益\$5千以下との推計もあります（Sensor Tower推定）。（※日本市場での売上比率はごく僅かと見られる）
課金率 （無料→有料転換率）	非公開（推定数%未満）。グローバルにフリーミアムで大量ユーザーを獲得する一方、課金率は高くない模様。日本人ユーザーのレビューでも「起動の度に有料誘導が出るが、英語のみなら値段が高すぎ」と指摘があり ²² 、日本市場では課金ハードルが特に高い様子です。
日本市場での状況 （App Storeランキング / 日本語対応 / レビュー傾向）	ランキング：国内では大きくランクインせず（ローカライズ未対応のため）。 言語対応：英語のみ ²³ （日本語版なし）。 レビュー傾向：海外では「デザインが美しく、使うだけで気分が上がる」と高評価が多数。日本では英語に抵抗のない一部ユーザーから「自己分析に役立つ」との評価もあるものの、言語の壁と価格の高さから利用を断念する声もあります ²² 。総じて、日本市場での存在感は限定的です。

Reflection.app（海外）

調査項目	内容
累計ダウンロード数 （世界 / 日本）	ユーザー数約6万超 （2025年11月時点） ²⁴ と公表。米国を中心に利用拡大中。日本での知名度・DL数はごく僅少（公式の日本向け展開なし）。
収益情報 （推定 月間売上 / 価格設定）	価格設定 ：主要機能は無料で利用可能。高度なガイドや分析機能を解放する Premiumプランあり（月額約\$6程度 ²⁵ ）。
月間売上（推定） ：有料会員は数千人規模とみられ（総ユーザーの数%）、月商にして 数万ドル（数百万円）規模 と推定されます。サービス規模から見て、収益よりプロダクト改善を優先する成長段階です。
課金率 （無料→有料転換率）	推定2～5%程度 （一般的な範囲 ² ）。開発元はHolstee社で、利用者コミュニティ拡大に注力しているフェーズと考えられます。
日本市場での状況 （App Storeランキング / 日本語対応 / レビュー傾向）	ランキング ：日本ではランク圏外（利用者ほぼ無し）。
言語対応：英語のみ 。日本語非対応で、日本向けプロモーションも行われていません。
レビュー傾向 ：グローバルでは「ガイド付きで内省が深まる」と支持され、ユーザーコミュニティ形成にも熱心。日本人ユーザーによるレビューはほとんど見当たらず、市場展開はこれからといえます。

Jour（海外）

調査項目	内容
累計ダウンロード数 （世界 / 日本）	累計50万DL以上 ²⁶ （2021年初時点）。その後も順調に増加し、 2025年までに100万DL規模 に達したと推定されます（NY発スタートアップで米を中心に展開）。日本での利用者はごく少数。
収益情報 （推定月間売上 / 価格設定）	価格設定 ：基本無料＋ Jour Premium サブスク（ 年額\$59.99＝月換算\$4.99 、年間一括払いのみ） ²⁷ 。無料部分も充実させ「一生無料で使える部分はそのまま」と公言 ²⁸ 。
月間売上 ：公開データなし。累計ユーザー数から見て、有料会員は数万人規模か。年額課金のみのため、 年商数百万ドル規模 とも推測されます（推定）。
課金率 （無料→有料転換率）	非公開 。コミュニティ重視の方針で2019年末に有料版を導入 ²⁹ 。初期ユーザー20万人中どの程度がPremium転換したか不明ですが、大半は無料継続で一部が課金という一般的なフリーミアム形態と思われます。
日本市場での状況 （App Storeランキング / 日本語対応 / レビュー傾向）	ランキング ：日本展開はほぼ行っておらず、ストアランキングでも目立った実績なし。
言語対応：英語のみ （アプリ名「Jour」はフランス語起源だが、日本語ローカライズなし）。
レビュー傾向 ：海外では「ガイド付きで書きやすい」と評価され、App Store評価★4.8前後と高水準。しかし日本では同名の国産日記アプリが存在することもあり、 当該海外版Jourの認知度は低い 状況です。日本人によるレビューや言及もほとんど見られず、市場展開はこれからといえます。

Sources: リフクラ【1】【2】； muute【16】【23】【25】； Awarefy【8】【10】【12】【30】【33】； Reflectly【39】【40】【48】； Reflection.app【43】【53】； Jour【47】【57】。

1 3 AIとの対話で深い内省（リフレクション）ができるアプリ「リフクラ」 | 社会課題解決中マップ | 31
の課題と600の事例でSDGsを身近に
<https://2020.etic.or.jp/actions/tielec/>

2 [PDF] 成果報告書 - 経済産業省
https://www.meti.go.jp/meti_lib/report/2022FY/000193.pdf

4 6 AIジャーナリングアプリ「muute」、150万ダウンロードを突破！検索機能などを追加し、より快適なジャーナリング体験を提供 | ミッドナイトブラックファスト株式会社のプレスリリース
<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000030.000070478.html>

5 8 muuteが100万DLを達成しました | muute（ミュート）
https://note.com/muute_journaling/n/n71eb4551ffd9

7 AIジャーナリングアプリ「muute」がサービス開始から約2年で累計100万ダウンロードを達成：マピオンニュース
<https://www.mapion.co.jp/news/release/000000022.000070478-all/>

9 10 14 15 16 17 『Awarefy』リアルな評判と口コミ。使ってみた感想を徹底レビュー！ | AI-ZERO
<https://ai-zero.net/awarefy-reputation/>

11 AIメンタルパートナー「アウェアファイ」、シリーズAラウンドで4億円の資金調達を実施 | 株式会社Awarefyのプレスリリース
<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000080.000057374.html>

12 『Awarefy』料金プランを徹底解説。無料プランと有料プランの違い。 | AI-ZERO
<https://ai-zero.net/awarefy-pricing-plans/>

13 ON THE EDGE | STEP ONE : J-WAVE 81.3 FM RADIO
<https://www.j-wave.co.jp/original/stepone/ontheedge/8668.html>

18 Top Companies Using Flutter to Build Their Products in 2025
<https://shivlab.com/blog/top-companies-using-flutter-to-build-their-products/>

19 20 23 Reflectly - Journal & AI Diary App - App Store
<https://apps.apple.com/us/app/reflectly-journal-ai-diary/id1241229134>

21 Mental health app Reflectly raises \$4.3 million amid sharp user growth
<https://www.businessofapps.com/news/mental-health-app-reflectly-raises-4-3-million-amid-sharp-user-growth/>

22 Reflectly - 日記 - Google Play のアプリ
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.reflectlyApp&hl=ja>

24 Building the world's largest library of guided journaling practices. | Online Journal and App by Reflection.app
<https://www.reflection.app/blog/reflection-app-is-building-the-worlds-largest-library-of-guided-journaling-practices>

25 Reflective journaling — brought to you by Reflection.app
<https://safwansamsudeen.medium.com/reflective-journaling-brought-to-you-by-reflection-app-150bbe633e2d>

26 Jour | App Fuel
<https://www.theappfuel.com/apps/jour>

27 28 29 Meet: Jour Premium. Our next step together - a more... | by Maxime Germain | Jour | Medium
<https://medium.com/jour/meet-jour-premium-a57ec7c06caf>