

第2回 Sleep Innovation Platform WG1 活動要旨

【日時】 2022年7月29日（金）15時00分～17時00分

【場所】 日本生命保険相互会社（一部オンライン各拠点）

【参加者】 出席者数：18名

■ 参加者（於：日本生命保険相互会社）9名

座長	徳山 薫平	(WPI-IIIS)
メンバー	小久保 利雄	(WPI-IIIS)
	野々村 琢人	(西川株式会社)
	巢河 智、磯野 浩嗣、権太 圭吾	(日本生命保険相互会社)
事務局	荒川 泰典、森下 みゆ、青木 真理	(西川株式会社)

■ 参加者（オンライン）9名

メンバー	田川 武弘、西村 典子	(株式会社アシックス)
	石原 克之、大塚 竜太、大須賀 佑輔	(カルビー株式会社)
	木暮 貴政、椎野 俊秀	(パラマウントベッド株式会社)
	島田 紗樹	(西川株式会社)
事務局	北本 嘉一	(西川株式会社)

【内容】

■勉強会①「ヘルスケアサービスガイドライン等のありかた」：事務局 森下

(1) ガイドラインの骨子確認

- 1 ガイドライン策定の趣旨・背景
- 2 ガイドラインの適用範囲
- 3 ヘルスケアサービスの品質を確保するための仕組み
- 4 ガイドラインで使用する用語及び定義
- 5 想定される仲介者及び利用者
- 6 ヘルスケアサービス事業者が遵守すべき事項とその実施体制
- 7 保持しておくべきエビデンスの内容とその開示体制
- 8 仲介者、利用者に情報提供すべき内容や広告表示のあり方
- 9 関係する法令・制度、標準規格、業界自主ガイドライン等

10 ガイドラインの有効期間

(2) ガイドライン策定の目的確認

「業界団体が策定する基準に従い、事業者が自主的に品質の確保を行う仕組み」を作る

(3) ガイドライン策定に向けた体制確認

【メインメンバー】

- ・ 学識経験者 WPI-IIIS
- ・ 事業者 (スポーツ業界) 株式会社アシックス
(食品業界) カルビー株式会社
(睡眠業界) 株式会社 S'UIMIN
西川株式会社
パラマウントベッド株式会社
- ・ 仲介 日本生命保険相互会社
- ・ 利用者 消費者団体
- ・ 事務局 西川株式会社

【サポートメンバー】 ※定期的に議論に参加

- ・ 学識経験者 (WPI-IIIS) 機構長・教授 柳沢 正史
(スタンフォード大学) 医学部精神科教授 西野 精治
(慶應義塾大学) 医学部教授 宮田 裕章
- ・ 契約に関する知見を持つ者 行政書士、弁護士
- ・ 関係省庁 経済産業省 ヘルスケア産業課

【その他】

SIP の HP に「開催レポートページ」を追加し、毎回の活動を公開

■勉強会② 「ヘルスケア認定寝具の評価項目について」：西川 野々村

URL 参照 : <https://www.jba210.jp/healthcare/>

■勉強会③ 「睡眠に関連した既存の客観評価方法について」：IIIS 小久保

(1) 客観評価について

既存の睡眠計測機器やデバイスは以下のように分類される。

終夜睡眠ポリグラフ (PSG)	簡易脳波計	時計型デバイス
小型デバイス	シートセンサー	

PSG は睡眠計測機器として最高基準となるが、測定する方法が多数の電極やセンサーを、顔や頭を含

む体に取り付ける負荷の大きい測定となるため、睡眠の量や質に大きく影響をあたえてしまう。そのため、睡眠ソリューションの効果検証をするうえで最適とは言えない。

簡易脳波計は測定ストレスが PSG に比べて小さいうえに測定精度についても、PSG とあらゆる睡眠変数において相関が強いことがわかっている。一方で、その他脳波を測定しないデバイスについては、対 PSG となると睡眠変数の相関が弱い。しかし、測定ストレスが簡易脳波計よりも更に小さいことを考慮すると、目的によっては有効である。レム睡眠や深睡眠の割合等の「睡眠変数」を評価するには不適であるが、「睡眠の量（時間）」などに、評価項目を限定すれば、十分これらデバイスも有効であるといえるため、デバイスの精度評価をするうえで、単純に PSG との比較で判断しないように注意が必要となる。

(2) 主観評価について

既存の主観評価方法は主に下記の通り。

1. 睡眠日誌
2. 睡眠習慣や状況に関する調査票
 - ピッツバーグ睡眠質問票（PSQI）
 - アテネ不眠尺度（AIS）質問票
 - エプワース眠気尺度（ESS）質問票
3. 概日リズムに関する調査票
 - 朝型夜型質問票
4. 一晩の睡眠の量や質に関する調査票
 - OSA 睡眠調査票 MA 版（OSA MA 版）
5. ストレスや疲労感に関する調査票
 - K6 質問票
 - 疲労感 VAS

主観評価の妥当性評価は非常に難しく、主観評価と客観評価の結果が乖離することは睡眠研究では常識となっている。

以上