

S'UIMINと西川が、伊藤忠商事の社員を対象に 健康経営を目的とした睡眠改善サービスの検証を開始

睡眠マネジメントに関するコンソーシアム

「Sleep Innovation Platform®」の活動の一環として3社が連携

事前の試験的検証では約半数で潜在的リスクが明らかに

「Sleep Innovation Platform®(スリープ イノベーション プラットフォーム)」は、国民の健康やQOL(Quality of Life)向上を睡眠の視点から支援することを目的に、睡眠サービスや商品開発、生活者との接点を有する企業、最先端の睡眠研究を行うアカデミアが連携するコンソーシアムです。このたび、本コンソーシアムの活動の一環として、同会員企業である伊藤忠商事株式会社(本社:東京都港区北青山、代表取締役社長COO:石井 敬太、以下「伊藤忠商事」)、株式会社S'UIMIN(本社:東京都渋谷区初台 代表取締役:柳沢正史、以下「S'UIMIN」(スイミン))および西川株式会社(本社:東京都中央区日本橋富沢町 代表取締役:西川 八一行、以下「西川」)の3社が連携し、新たに開発したサービスモデル『S'UIMIN連携型 西川の睡眠改善プログラム』の検証を伊藤忠商事の社員を対象に11月20日(月)から開始します。

「Sleep Innovation Platform®」の活動の一つであるワーキンググループ2では、様々な事業者間連携による高付加価値ビジネスモデルの検討・開発に取り組んでおり、このたびの「伊藤忠商事」の社員を対象にした『S'UIMIN連携型 西川の睡眠改善プログラム』のサービス検証は、ワーキンググループ2の「健康経営を目的とした睡眠改善サービスの開発」をテーマにした活動の一環として行います。

『S'UIMIN連携型 西川の睡眠改善プログラム』は、従業員の健康経営対策として、事業者がワンストップで、睡眠時無呼吸症候群(SAS)をはじめとする様々な睡眠問題の発見と解決ができるようサポートするサービスです。「西川」の睡眠課題を可視化する計測ツールや眠りのプロフェッショナルによるコンサルティング、睡眠アプリなどの睡眠改善サービスに、「S'UIMIN」の医療レベルの精度で可視化する睡眠脳波計測サービス「インソムノグラフ」を軸にしたサービスを組み合わせ、従業員一人ひとりが睡眠の実態や課題を認識し、改善へと導いていきます。また、産業医向けセミナーなど、企業自体がサポート体制を強化できるサービスも行います。

本格的なサービス検証に先行し、「伊藤忠商事」の社員男女37名を対象に実施した試験的検証では、約半数が「睡眠課題が高い」結果となり、主に“睡眠時間”“睡眠の質”“日中の眠気”などの課題が顕在化しました。また、その内の9名に「S'UIMIN」の「インソムノグラフ」による睡眠脳波計測を行ったところ、5名が「睡眠改善が必要」「睡眠障害の疑い」の判定となりました。

■ 事業背景:健康経営における「睡眠」の重要性

睡眠の問題は、メンタル、肥満、認知症、免疫など様々な健康リスクと相互関係にあります。また、仕事の生産性と睡眠の関係においては、全年齢で睡眠時間が短いほど生産性が下がる傾向にあり、特に年齢が若い働き世代ほど生産性低下の度合いが強いという研究結果※1から、睡眠不足によって起こる仕事上の様々な弊害が考えられます。こうした状況に対して、企業が従業員の健康リスク低下および生産性向上を図るためには、睡眠問題の早期発見と改善が重要となります。また、睡眠改善による健康管理は、超高齢化社会に向けた労働(貢献)寿命の延伸対策にも繋がります。



※1 Ishibashi, Y., & Shimura, A. (2020). Association between work productivity and sleep health: a cross-sectional study in Japan. *Sleep health*, 6(3), 270-276.

■『S'UIMIN連携型 西川の睡眠改善プログラム』サービスフロー

従業員の方々それぞれが、自分の睡眠の実態や課題を認識し、改善へと導いていきます。

※STEP1～3が「S'UIMIN連携型 西川の睡眠改善プログラム」

STEP1 睡眠実態調査

不眠判定方法「アテネ不眠尺度」をはじめ、生活習慣やプレゼンティーズムなどに関する睡眠アンケート(10分程度)

STEP2 診断結果の即時フィードバック

睡眠時間や睡眠の質のタイプを判定し、ライフスタイルのアドバイスや追加調査をご提案

STEP3 コンサルティング / 専用デバイスによる追加測定提供

判定結果に基づいて、各種サポート/測定サービスを推奨・提供

- ・眠りの習慣をサポートするアプリ: 西川睡眠アプリ(仮称)
- ・眠りのコンサルティングサービス: 西川「ねむりの相談所」
- ・睡眠リスク測定: S'UIMIN「インソムノグラフ(5晩)」
- ・睡眠時無呼吸症候群(SAS)リスク測定: S'UIMIN「インソムノグラフ(2晩)」



西川「ねむりの相談所」



S'UIMIN「インソムノグラフ」

STEP4 睡眠改善

STEP2～3を通じてご自身の睡眠課題や改善方法を認識し、各種サポートサービスを利用しながら自主的に改善に取り組んでいただきます。

寝室環境・その他住環境・寝具・食事・運動・その他生活習慣(喫煙、飲酒、入浴など)・CPAP・その他治療推奨

■ 伊藤忠商事の社員を対象とした検証

[検証項目] 『S'UIMIN連携型 西川の睡眠改善プログラム』サービス提供による、下記3つの検証を行います。

(睡眠実態調査による検証)

- ①睡眠改善度 ②行動変容度 ③健康経営度

[対象] 伊藤忠商事株式会社の社員男女(任意制)

[時期] 2023年11月20日(月)から開始

■ 事前の試験的検証

[対象] 伊藤忠商事株式会社の社員男女約37名(男性:20代～60代19名、女性:20代～50代18名)

[時期] 2023年9月

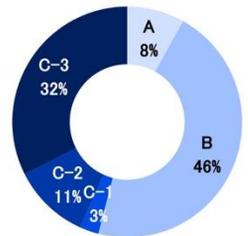
[検証結果]

- 37名が睡眠実態調査※2に回答し、睡眠状態を判定したところ、45.9%(17名/37名)が不眠傾向や睡眠時無呼吸症候群(SAS)傾向のある、「睡眠課題が高い」という結果となりました。主に「睡眠時間」「睡眠の質」「日中の眠気」などの課題が顕在化しました。

※2 オンラインアンケート回答により、自身の睡眠状態を手軽に診断するもの

睡眠実態調査結果
(N=37名)

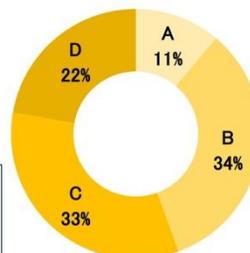
A: よく眠れています
B: 注意が必要です
C-1: 不眠傾向あり
C-2: 隠れSASの傾向あり
C-3: SASの傾向あり



- 37名の内9名がS'UIMINの「インソムノグラフ」による睡眠脳波計測を行ったところ、5名で「睡眠改善が必要」「睡眠障害の疑い」などのC、D判定となり、参加者全体の約13.5%で睡眠課題がある結果となりました。

睡眠脳波計測結果
(N=9名)

A: 健やかな睡眠、睡眠障害を疑う所見はなし
B: 大きな問題はないが、生活・睡眠習慣に注意
C: 睡眠の改善が必要
D: 睡眠障害が疑われ、医療機関の受診を推奨



【 Sleep Innovation Platform® 】

「Sleep Innovation Platform®(スリープ イノベーション プラットフォーム)」は、国民の健康やQOL(Quality of Life)向上を睡眠の視点から支援することを目的に、睡眠サービスや商品開発、生活者との接点を有する企業、最先端の睡眠研究を行うアカデミアが連携するコンソーシアムです。睡眠データを活用したサービス開発のための睡眠品質の基準作りの取り組みを契機に、様々な事業者と連携し、睡眠サービス以外の健康増進・予防やQOL向上に資するサービス開発へ展開し、また、医療・介護等への連携も視野に、個人の様々な情報を利活用するためのプラットフォーム構築や環境整備を目指しています。

本コンソーシアムは会員団体・企業が連携した3つのワーキンググループを設置し、その一つであるワーキンググループ2では、様々な事業者間連携による高付加価値ビジネスモデルの検討・開発に取り組んでいます。今回の伊藤忠商事の社員を対象にした『S'UIMIN連携型 西川の睡眠改善プログラム』の取り組みは、ワーキンググループ2の「健康経営を目的とした睡眠改善サービスの開発」をテーマにした活動における検証第一弾となります。

WEBサイト <https://sleepip.jp/>

【 伊藤忠商事株式会社 】

1858年初代伊藤忠兵衛が麻布の行商で創業したことにはじまり、現在は世界61ヶ国に約90の拠点を持つ大手総合商社です。繊維、機械、金属、エネルギー、化学品、食料、住生活、情報、金融の各分野において国内、輸出入及び三国間取引を行うほか、国内外における事業投資など、幅広いビジネスを展開しています。2010年より働き方改革を開始、2016年度には健康憲章を制定し、健康経営を積極的に推進しています。

WEBサイト <https://www.itochu.co.jp/>

【 株式会社S'UIMIN 】

世界トップレベルの研究拠点である筑波大学「国際統合睡眠医科学研究機構」(機構長:柳沢 正史)を母体とする筑波大学発スタートアップ企業です。睡眠を簡便に、科学的・客観的に、医療レベルの精度で可視化する睡眠脳波計測サービス「インソムノグラフ」を軸に、あらゆる睡眠課題の発見から解決までに寄与するスリープイノベーションを創出し、人生100年時代におけるウェルネス向上に貢献していきます。

WEBサイト <https://www.suimin.co.jp/>

【 西川株式会社 】

1566年、初代・仁右衛門が近江八幡で蚊帳・生活用品販売業として創業。1887年よりふとんの販売を開始し、現在は寝具メーカーとして、1984年に日本睡眠科学研究所を設立、美容・アンチエイジング・脳科学など多様な専門家と共に、良質な睡眠がどのような影響を及ぼすか解明を進め、人それぞれ異なる“明日への期待”に応える商品やサービスを提供しています。近年はコンディショニング・ギア[エア-]、パーソナル・フィッティングブランド「&Free」、睡眠環境改善のアドバイスを行う「ねむりの相談所®」などを展開。

WEBサイト <https://www.nishikawa1566.com/>