



nishikawa

報道関係者各位

2020年10月

企業向け睡眠ソリューション事業「西川の睡眠改善プログラム」

10月より、ANAエアポートサービスの従業員を対象に オンライン快眠セミナーを実施

ー 良質な睡眠で労働生産性を高め、空港利用者のさらなる安全性向上へ ー

西川株式会社(本社:東京都中央区日本橋 代表取締役社長:西川ハヤ行、以下 西川)では、睡眠ソリューション事業として企業の従業員を対象にした「睡眠改善プログラム」を展開しています。この取り組みを、昨年よりANAエアポートサービス株式会社(本社:東京都大田区羽田空港 代表取締役社長:南日隆男、以下 ANAエアポートサービス)の従業員の方々を対象に実施しており、10月からは新たに、入社2年目の社員研修の一環としてオンラインでの快眠セミナーを開始し、2021年3月までの期間で講習を行います。

■「西川の睡眠改善プログラム」とは

西川では、セルフメディケーションの地域拠点として、当社の研究機関、日本睡眠科学研究所が監修した、睡眠を科学的に解明しながら睡眠環境改善のコンサルティングを行うサービス「ねむりの相談所®」を全国展開しています。この事業を、従業員の健康増進に取り組みながら企業の成長を目指す「健康経営」に適したサービスへと発展させ、「睡眠改善プログラム」として企業との取り組みを行っています。従業員のプレゼンティズム対策として睡眠の面から健康づくりをサポートし、企業組織の活性化へと導きます。

■ANAエアポートサービスでの「西川の睡眠改善プログラム」実施に至った経緯

羽田空港では、心身負荷が高い「接客業務」や高い集中力が求められる「航空機周辺の特殊車両操作」の業務を、24時間稼働のシフト勤務という、一般的な日勤者とは異なる睡眠環境下で行っています。そのため、ANAエアポートサービスでは、不規則なシフト勤務の中でも効率的に良質な睡眠をとることで常に高いパフォーマンスを発揮し、空港を利用される方々の安全性をより一層向上することを目的に、「西川の睡眠改善プログラム」の実施に至りました。

■ANAエアポートサービスの入社2年目従業員対象オンライン快眠セミナー(2020年10月から2021年3月まで実施)

入社2年目の従業員614名を対象に社員研修の安全教育の一環として、オンラインでの快眠セミナーを全24回実施します(※初回は10月21日(水)に実施)。本セミナーでは、睡眠の重要性と基礎知識を学び、各部署の勤務パターンに合わせた生活リズムや寝室環境の調整を実践いただくことで、睡眠の質の向上を目指します。それにより、集中力、判断力が欠けることなく、安全に業務が遂行できるよう環境を作ってまいります。

【受講者の方々のコメント】

シフト制の勤務のため、日によっては眠れない日もありましたが、ストレッチを取り入れたり、勤務の前々日から眠る時間を調節したりするなど、すぐに活かすことが出来るポイントを学ぶことができました。

今回のセミナーを通して、自分の睡眠を見直すことができました。眠りの重要性を再認識したので、今日学んだポイントを実践していきたいです。



オンライン快眠セミナーの様子

(左: 講義を行う西川のスリープマスター / 右: 受講するANAエアポートサービス従業員の方々)

※次ページへ続く

■ANAエアポートサービス従業員対象「西川の睡眠改善プログラム」フェーズ1実施内容 (2019年11月～2020年2月実施)

① 睡眠アンケート調査

従業員約1,000人に対し、睡眠アンケートを実施。部署ごとの実態を調査し、課題が多くみられる部署を調査した。

② 快眠セミナー開催

従業員約50名が参加。交代制勤務の快眠ポイントをレクチャーし、睡眠への関心・意識の向上を図った。また、セミナー後には睡眠環境を整える寝具の販売会も実施した。



快眠セミナーの様子

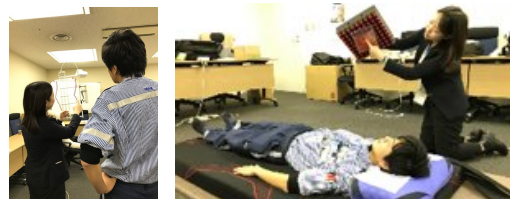
③ 睡眠計測

睡眠アンケートの結果から、課題が多くみられた部署の総勢29名に対し、西川の睡眠環境解析サービスを用いた睡眠計測を行い、各部署における睡眠課題を可視化。睡眠効率に関する課題が多いことが分かった。

④ 改善アドバイスとアイテムの提供 / 効果検証

睡眠計測結果を基に、対面でのコンサルティングで生活リズム改善のアドバイスをを行うと共に、個人に合わせた睡眠改善アイテムの提供を実施。

その後、再度睡眠計測を行い、効果検証を図った。



コンサルティング風景

【効果検証結果】

快眠へ導く生活リズム改善のアドバイスと睡眠改善アイテム提供、実施後の再計測の結果、実施前に比べて、29名中25名に睡眠改善が見られ、平均すると全体で107%の改善が見られた。また、本プログラムに参加した96%の人より「睡眠に対する関心度が高まった」との回答が得られ、睡眠への関心が高まることで、睡眠時間の確保や寝具の見直しへの意識向上に繋がる結果となった。

ANAエアポートサービス株式会社について

国内最大の便数規模を誇る羽田空港において、ANAグループの空港運営会社として設立され、国内、国際共に、最大のハンドリングシェアとなる。旅客サービス業務、グランドハンドリング業務、オペレーションサービス業務など空港地上支援を通して、お客様の安全で快適な空の旅を地上から支えている。

西川株式会社について

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する。近年はコンディショニング・ギア[エアー]、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®」などを展開する。

※西川の睡眠ソリューション事業については次ページをご参照ください。

西川の睡眠ソリューション事業について

西川では、当社の研究機関である日本睡眠科学研究所の知見と、寝具メーカーとして長年培ったノウハウを活かし、さまざまな分野における睡眠の問題を解決する「睡眠ソリューション」の事業を展開しています。高品質・高機能寝具、睡眠の課題を可視化する計測ツール、眠りのプロフェッショナルによるコンサルティングなど、革新的な商品やサービスを施設や組織へ提供し、健康で豊かな社会づくりを目指しています。

○セルフメディケーションの拠点：ねむりの相談所®

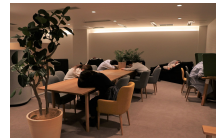
西川が全国展開する「ねむりの相談所®」は、日本睡眠科学研究所監修の睡眠環境改善コンサルティングを行うサービスです。日本睡眠科学研究所認定の眠りのプロフェッショナル、スリープマスターが一人ひとりの眠りを測定し、可視化。上質な睡眠環境を提案します。



○健康経営 / プレゼンティズム対策：睡眠改善プログラム・ちょっと寝ルーム

・睡眠改善プログラム：「ねむりの相談所®」のサービスを発展させ、企業の従業員の健康づくりを睡眠の面からサポートします。

・ちょっと寝ルーム：昼間に短時間の仮眠をとり、生産性を向上する“パワースナップ”を推進。効率的な仮眠環境をコーディネートしたスペース「ちょっと寝ルーム」のシステム提案・販売を行い、快適なビジネスライフをサポートしています。



ちょっと寝ルーム

○眠り方改革 / 睡眠教育の推進：企業・団体向け快眠セミナー活動

西川の「スリープマスター」が健康的な生活に欠かせない睡眠の知識をレクチャー。全国の企業、自治体、学校など、累計100件以上の実績があり、子どもの眠りから大人の眠りまで幅広く講演を行っています。



快眠セミナー

○健康寿命の延伸 / フレイル対策：FitMin(フィットミン)

西川の「睡眠」とアシックスジャパン株式会社の「運動」のノウハウを活かしたフレイル予防のための新健康増進サービスとして、会員制の地域コミュニティクラブ「フィットミン」を展開しています。

○女性向けの美容睡眠：newmine(ニューミン)

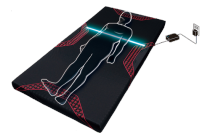
西川の女性社員によって誕生したプロジェクト。寝ている間に美しくなる“美容睡眠”をテーマにした商品とサービスで女性の健やかな体のリズムをサポートします。



newmine
肌にやさしいまくら

○最先端テクノロジーによる睡眠環境サポート：IoT寝具

パナソニック株式会社と共同開発した「睡眠環境サポートサービス」をはじめ、デジタルソリューションを活用したIoT寝具でよりパーソナルな眠りをサポートします。



〈 一般のお客様からのお問合せ先 〉

西川株式会社 TEL. 0120-36-8161(受付時間：平日10:00～17:00) <https://www.nishikawa1566.com>

〈 報道関係者様からのお問合せ先 〉

■ 西川株式会社 担当／森・須藤 TEL.03-3664-3962 MAIL press@nishikawa1566.com

■ PR代理：(株)杉山PR&プランニング 担当／武井・田岸 TEL.03-5468-7791 MAIL chiaki@sugiyama-pr.co.jp