

2013年3月4日

NK S Jホールディングス株式会社
オムロンヘルスケア株式会社

睡眠習慣改善サポートプログラムの提供を開始

— NK S Jグループのプログラムとオムロンヘルスケアの睡眠計のコラボレーション —

NK S Jホールディングス株式会社の子会社である株式会社損害保険ジャパン（社長：櫻田 謙悟、以下「損保ジャパン」）は、オムロンヘルスケア株式会社（社長：宮田 喜一郎、以下「オムロンヘルスケア」）の睡眠計を活用し、企業の従業員や健康保険組合加入者向けの睡眠習慣改善サポートプログラム「ぐっすりトレーニング」を開発しました。2013年4月から、NK S Jグループ各社を通じてプログラムを提供する予定です。

本プログラムは、睡眠に関する問題に起因する交通事故の予防や企業の従業員等の生産性向上の支援を目的に、損保ジャパンを始めとするNK S Jグループ各社がヘルスケアやリスクマネジメント分野における各種サービス提供を通じて蓄積したノウハウに基づいて開発したもので、生活習慣病の予防・治療・改善を行うためのオムロンヘルスケアのデータ計測に関するノウハウを活用して実施します。

1. 開発の背景

ライフスタイルや産業構造の変化により、わが国では成人の5人に1人が睡眠に関して何らかの問題を抱えていると言われてしています。^(*1) また、睡眠不足に起因した生産性低下や、欠勤、遅刻、早退、睡眠不足に関連する交通事故および産業事故の経済損失を合計すると3兆5000億円、医療費を含めると5兆円にのぼるとの調査もあり^(*2)、睡眠不足は個人の心身の健康の問題にとどまらず、企業においても組織活性化や生産性の観点などから重要な経営課題として認識されつつあります。

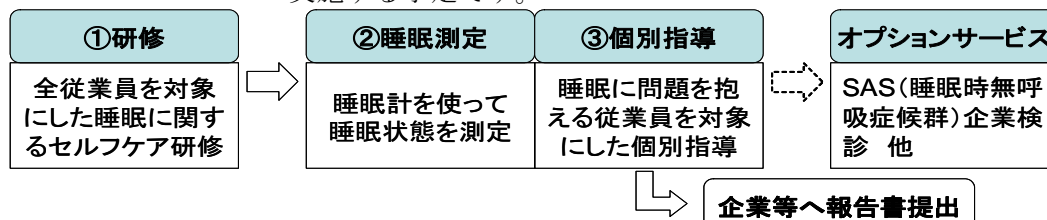
一方で、睡眠に関する正確な知識習得や睡眠の質の改善を通じて生産性を高めることを目的とする企業向け支援策が少ないことなどから、損保ジャパンは、特に従業員が適切な睡眠習慣を身に付けるための支援サービスの開発が必要であると考え、非接触・非拘束で簡単に睡眠状態の計測が可能な睡眠計を販売しているオムロンヘルスケアの協力のもと、本プログラムの開発に至りました。

*1 日本睡眠学会「サマータイム -健康に与える影響-」（2012年3月）

*2 内閣府 睡眠キャンペーン「日本睡眠学会に聞く！睡眠に関するQ&A」

2. プログラム概要

(1) プログラムの内容 ①～③を組み合わせでご提供します。①研修、③個別指導は、NKSJグループ各社に所属する保健師・看護師等専門職が実施する予定です。



・①研修、③個別指導は、北里大学の田ヶ谷浩邦教授（医療衛生学部健康科学科精神保健学）、田中克俊教授（医療系研究科産業精神保健学）の監修によります。

・②睡眠測定には「オムロン 睡眠計 HSL-101」を使用します（写真）。

ベッドサイドに置くだけでセンサーが睡眠中の胸の動きや寝返りを検知し、非接触・非拘束で眠りの状態を測ります。測定結果を「ウェルネスリンク^(*3)」へ送ることで、日々の数値の変化や目標値までの確認ができます。

2週間分の測定データをもとに、ウェルネスリンク上で表示される分析結果を参考に、③個別指導を行います。



*3 オムロンヘルスケアの会員制健康管理サービス（2013年2月末現在 会員数39万人以上）で、睡眠計で測った眠りの状態のほか、体重・血圧・活動量等のデータをWebで管理でき、そのデータをもとにしたさまざまな健康支援コンテンツを利用できます。

(2) ご提案先 企業・健康保険組合等に対し、労働災害防止や健康増進・メンタルヘルス対策としてご提案します。

(3) サービス提供開始時期 2013年4月予定（個別指導は2013年6月予定）

(4) 料金	①研修	1回	} 計5.5万円
(例：対象者50人の場合)	②睡眠測定	10人※	
	③個別指導	10人※	

※①の研修時に実施した「睡眠アンケート」をもとに、②③の対象者を選びます。対象人数によって、料金は変わります。

3. 今後の展開

NKSJグループとオムロンヘルスケアは、生活習慣病などの疾病構造の変化や労働環境の変化に伴い高まる健康ニーズに応えるために、両社の商品・サービスとノウハウを生かし健康づくりに貢献する取り組みを検討していきます。

以上