

「大府市働く世代の睡眠改善実証事業」に関する覚書を締結 —睡眠の改善を支援することで、働く世代の健康増進に貢献します—

株式会社ルネサンス（代表取締役社長執行役員：岡本 利治、本社：東京都墨田区、以下「当社」）は、愛知県大府市が進める健康増進施策「大府市働く世代の睡眠改善実証事業」に関する覚書を、大府市及び株式会社トヨタシステムズとの3者間で締結しました。

本取り組みを通して、当社の健康プログラム「スリープタフネスセミナー」を対象者に実施し、事業の推進を支援しながら、働く世代の睡眠課題の解決に取り組んでまいります。



左から 株式会社トヨタシステムズ 最高技術責任者 上級 Executive Adviser 川添 浩史様、大府市長 岡村 秀人様、当社 取締役副社長執行役員 望月 美佐緒

1. 大府市働く世代の睡眠改善実証事業の概要

大府市の「健康都市おおぶ」の先駆的な取り組みとして、働く世代をメインターゲットに、睡眠を切り口とした健康経営[※]を支援する施策です。

大府市のウォーキング事業「健康プログラム」に参加する大府市内事業所の従業員80名程度を対象に、当社の「スリープタフネスセミナー」を実施し、その前後に株式会社トヨタシステムズの機器にて、睡眠の質を測定します。実施期間中には測定データに加え、アンケートによる主観調査も実施し、睡眠の質改善を図ります。

※健康経営はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

2. 「スリープタフネスセミナー」について

企業の健康経営の支援を行うため、当社が開発した効果的に睡眠の質を高めるプログラムです。睡眠不足は、本人の健康だけでなく、企業にとっても、メンタル不調、生産性の低下、労働災害の原因など、非常に重大な優先すべき課題です。

日常生活の中で実践できる、睡眠の質を高めるための「知識」と「スキル」をセミナーを通して身につけていただくことを目的に、座学だけでなく、実践形式のワークや行動目標の設定など、その日から実践できる質の高い睡眠のための行動を促すセミナーです。NPO法人健康経営研究会 理事長 岡田 邦夫氏監修のプログラムとして、多くの企業、健康保険者、自治体の住民向け健康セミナー等で、取り入れられています。

スリープタフネスセミナーサイト <https://rena-bg.s-re.jp/rena.sleep toughness>

3. 今後の展開について

日本人の睡眠は、OECD加盟国の中で、最も睡眠時間が短いなど課題があると言われています。企業の健康経営の推進や、地域の健康づくり支援の一層の推進に向けて、睡眠の課題解決に取り組むことは、非常に重要と考えています。

本事業で得られた知見を、より良質で効果的なプログラムの開発と展開に活かし、全国に届けることで社会課題の解決と事業の拡大につなげてまいります。

【関連リンク】

大府市公式ホームページ <https://www.city.obu.aichi.jp/>

株式会社トヨタシステムズホームページ <https://www.toyotasystems.com/>

以上

本リリースについてのお問い合わせ先

株式会社ルネサンス 経営企画部パブリックリレーションチーム：村角（むらづみ）・原

TEL：03-5600-7811 MAIL：ml_pr@s-renaissance.co.jp

URL：<https://www.s-renaissance.co.jp/>
