



2022年4月20日（水）

各 位

生活や働き方が大きく変わったからこそ、あらためて“自分の睡眠を意識する機会”をつくる

## 「年に1度の睡眠診断運動」 本格導入に向けたテスト運用の結果を公開

第一三共ヘルスケア株式会社（本社：東京都中央区、社長：吉田勝彦、以下「当社」）は、株式会社T&Dホールディングス（社長：上原弘久）と推進している「年に1度の睡眠診断運動」（以下「本運動」）において、本格導入に向けたテスト運用を行いましたので、その結果をお知らせします。



本運動は生活様式や働き方の変化により一層重要性が増している社員の健康管理、健康経営をサポートすることを目的に2021年10月に開始しています。本運動では健康診断や人間ドックが健康を意識する機会になるのと同じように、“自分の睡眠を意識する機会”をつくっていきたいと考えています。今回は本運動に参加する複数の企業・団体の協力のもと、参加者が専用アプリをインストールしたスマートフォンを枕元に置き、睡眠の時間や状態を計測するテスト運用を行いました。

テスト運用の結果、参加者の半数以上（54.7%）が「睡眠に対する意識が変わった」と回答し、睡眠時間を意識した行動に取り組むようになった人が増加するなど、「普段あまり気にすることのない自分の睡眠をあらためて意識した」「何らかの改善行動を自発的に始めた」などの効果があることが分かりました。また、コロナ禍前後で睡眠の長さや起床時間などに変化があったことも分かりました。

（テスト運用結果の詳細 <https://www.suimin-shindan.com/report01/>）

今後、本運動では、テスト運用の結果を踏まえ、参加者がよりスムーズに計測できるよう改良を行った上で、本年夏をめどに幅広く企業・団体への案内開始を予定しています。また、当社は本運動を通じ、睡眠改善に貢献できる製品やサービスの開発・提供を目指してまいります。

第一三共ヘルスケア株式会社はコーポレートスローガンを「Fit for You 健やかなライフスタイルをつくるパートナーへ」とし、これを支える私たちの宣言の一つに「独創的な発想でセルフケア推進の先駆者」になることを掲げ、その実現に向けて取り組んでいます。一人ひとりが“自分の睡眠を意識する機会”を増やし、多くの企業・団体にとって共通の課題である健康経営を後押しすることで活気ある社会の実現に貢献してまいります。

「年に1度の睡眠診断運動」ホームページ <https://www.suimin-shindan.com/>

[年に1度の睡眠診断運動 / 参加企業・団体] ※順不同・敬称略(2022年4月20日現在)

#### 幹事企業・団体



第一三共ヘルスケア株式会社



株式会社 T&D ホールディングス

#### 応援パートナー企業・団体

- ・一般社団法人ジャパンサイクルリーグ
- ・東急株式会社
- ・株式会社グローバルヘルスコンサルティング・ジャパン

#### テックパートナー企業・団体



Somnus 株式会社

※上記は 2022 年 4 月 20 日現在となります。今後も幅広く企業・団体の参加を募ってまいります。

#### 運営事務局

- ・デロイト トーマツ ファイナンシャルアドバイザー合同会社(事業計画等をサポート)
- ・株式会社博報堂 Growth Studio of Creativity「TEKO」(マーケティング等をサポート)

#### <ご参考>

##### 第一三共ヘルスケアについて

第一三共ヘルスケアは、第一三共グループ\*の企業理念にある「多様な医療ニーズに応える医薬品を提供する」という考えのもと、生活者自ら選択し、購入できる OTC 医薬品の事業を展開しています。

現在、OTC 医薬品にとどまらず、スキンケアやオーラルケアへと事業領域を拡張し、コーポレートスローガン「Fit for You 健やかなライフスタイルをつくるパートナーへ」を掲げ、その実現に向けて取り組んでいます。

こうした事業を通じて、自分自身で健康を守り対処する「セルフケア」を推進し、誰もがより健康で美しくあり続けることのできる社会の実現に貢献します。

\* 第一三共グループは、イノベティブ医薬品(新薬)・ジェネリック医薬品・ワクチン・OTC 医薬品の事業を展開しています。