



nishikawa

2019年3月

西川の研究機関 日本睡眠科学研究所が監修、パナソニックの仮眠環境制御技術を導入した  
**仮眠スペース『ちょっと寝ルーム』が完成！**  
 快適な仮眠環境をつくり、働く人の仮眠をサポートします



天井の星空投影



入眠：リラックスしやすい環境



やすゆき



起床：朝日が昇るような目覚めの環境

西川株式会社(本社：東京都中央区日本橋 代表取締役社長：西川八一行)では、当社の研究機関である日本睡眠科学研究所が監修し、効率的な仮眠環境をコーディネートした社内施設『ちょっと寝ルーム』を2月4日(月)より東京オフィスに開設しました。健康経営を推進する当社では今後、この仮眠スペースの開設によって働く人の仮眠をサポートしてまいります。

『ちょっと寝ルーム』は、日本睡眠科学研究所の眠り・寝具の知見を活かし、パナソニック株式会社の制御技術により室内全体で仮眠に適した光と音の協調制御を行い、入眠時のリラックスを促す天井の星空投影やアロマの香りなどで、快適で効率的な仮眠環境をコーディネートしています。30度の傾斜をつけた仮眠用ベッドを8台設置し、コンディショニングマットレスの最上級モデル「[エア SX] マットレス」や、4層特殊立体構造が快眠ラインを保つ「&Free マットレス SA」、横向き寝を安定させる「&Free 抱きまくら」を備えます。また、椅子に座って仮眠をとるスペースも設け、おひるねピロー「konemuri」などで座位姿勢の眠りもサポートします。

『ちょっと寝ルーム』概要

- ・面積： 30坪
- ・設備： 照明システム(パナソニック)、アロマディフューザー、パワーナップベッド、抱き枕、その他什器

西川が1万人の睡眠事情を調査した「睡眠白書2018」\*において、総睡眠時間が自分の理想に比べて足りていると答えたのはわずか35%で、残りの65%は睡眠時間をもう少し取りたいと感じていることがわかりました。毎日の睡眠不足で溜まっていく睡眠負債を返済するには、夜間の睡眠だけではなく、昼間の15～20分程度の仮眠が有効です。当社ではこれまで「働き方改革」の一環として社内での仮眠を推奨してまいりましたが、新設した『ちょっと寝ルーム』によって、より快適な仮眠環境をつくり、社員の心身のリフレッシュ、生産性向上に努めてまいります。

\* 当社WEBパネル調査結果 睡眠に関する基本調査 n=10,000人(18歳～79歳の男女) 2018年7月実施

〈 一般のお客様からのお問合せ先 〉

西川 株式会社

[TEL.] 03-3664-3964(受付時間：平日10:00～17:00)

[WEB] <https://www.nishikawa1566.com>