

一般社団法人 日本睡眠協会 設立のご報告

睡眠から体の健康だけでなく産業や経済、そして社会も健康にすべく設立

この度、アカデミアと医学会を中心に、睡眠の質の向上から人と社会を健やかにすべく「一般社団法人 日本睡眠協会」（理事長：内村直尚 日本睡眠学会 理事長、以下：本協会）を設立することとなりましたので、ご報告させていただきます。この協会は、アカデミア・医学界の取り組みを起点に、日本における「睡眠×ウェルビーイング」の改善に向けた取り組みを推進し社会実装に繋げていくこと、また企業、スタートアップ、行政・自治体の皆さまと連携し経済を含めた社会全体のウェルビーイングの向上に寄与することを目標としております。

本協会設立に際し、昨日9月4日（月）に設立発表会見を開催いたしましたので、その様子や詳細についてご報告させていただきます。



設立の背景

日本における“睡眠”への関心が高まっている中、政府および企業等による健康増進に向けた取り組みにおいても、睡眠に着目した取り組みが年々増えてきています。

こうした背景には、厚生労働省研究班の発表で日本人の5人に1人は睡眠になにかしら課題があると判明したことや、OECD（経済協力開発機構）の調査においても、加盟国との比較において、日本人は最も睡眠時間を確保できていないことが明らかになっていることが挙げられます。また合わせて2016年米RAND研究所のレポートによれば、日本の睡眠不足による経済損失は15兆円/年、GDP比で世界最悪の2.9%にも上ることも発表されています。

そうした状況下、睡眠に関する科学的知見をアカデミア・医学会を起点として発信し、産業界・地域社会における社会実装を促すことで、日本における睡眠に関する状況を改善しようとした試みとして協会が発足しました。日本睡眠学会の理事長である内村直尚を本協会の理事長に、広く公衆衛生、高齢者の健康、子どもと睡眠等に関する取り組みに従事されてきた先生や、テクノロジーやスタートアップ、そして産業界で活躍された方を理事に迎え、今後は社会全体としてのウェル・ビーイングの向上、および経済的な損失を防ぐための取り組みを推進してまいります。

発表会見概要

- ・日時： 2023年9月4日（月）15時30分～18時00分
- ・会場： 新丸ビルコンファレンススクエア（東京都千代田区丸の内1-5-1 新丸の内ビルディング 9F）
- ・プログラム：
 - 15:00-15:30 開場
 - 15:30-15:50 開会挨拶・趣旨説明 日本睡眠協会理事長 内村直尚
 - 15:50-16:00 賛同者からのビデオメッセージ
 - 前日本医師会会長 横倉義武氏
 - 超党派「国民の質の高い睡眠のための取り組みを促進する議員連盟」（通称 睡眠議連）
会長 衆議院議員 田村憲久氏
 - 16:00-16:05 祝辞 超党派睡眠議連 幹事長 衆議院議員 古川元久氏
 - 16:05-16:50 理事紹介、質疑応答、写真撮影
 - 17:00-17:10 講演①「企業・従業員と睡眠」日本大学医学部 兼板佳孝先生
 - 17:10-17:20 講演②「概日リズム」時間生物的研究協会 生体リズム研究学会の次期会長
Mr John Hogenesch
 - 17:20-17:30 講演③「概日リズムと睡眠の重要性」欧州時間生物学会会長 Ms Martha Mellow
 - 17:30-18:00 講演④スタートアッププレゼンテーション
 - 「睡眠とプロアスリートのコンディショニング」(株)Euphoria代表取締役Co-CEO 橋口 寛氏
 - 「科学的瞑想による睡眠改善・メンタルヘルスケア・健康経営」
(株)Melon 代表取締役 CEO 橋本大佑氏
 - 「睡眠健診の取り組みと今後の展望」(株)ACCELStars 代表取締役CEO 宮原禎氏

理事

- ・久留米大学学長／日本睡眠学会理事長 内村直尚氏（理事長）
- ・千葉大学予防医学センター 社会予防医学研究部門 教授／日本長寿医療研究センター研究所 老年学・社会科学
研究センター老年学評価研究部長／日本老年学的評価研究機構（JAGES）代表理事 近藤克則氏
- ・日本大学医学部内科学系 睡眠医学分野 睡眠医学・呼吸管理学講座教授／同附属板橋病院睡眠センター長
京都大学大学院医学研究科附属ゲノムセンター特任教授／日本睡眠学会前理事 陳和夫氏
- ・京都大学医学研究科社会健康医学系専攻健康情報学教授・附属病院倫理支援部部長 中山健夫氏
- ・福岡大学医学部小児科主任教授／日本小児心身医学会理事長／子どものころ専門医機構理事／
日本睡眠学会 幹事 永光信一郎氏
- ・川崎医科大学 耳鼻咽喉・頭頸部外科学主任教授／日本睡眠学会 理事／日本小児耳鼻咽喉科学会理事／
日本口腔咽頭科学会理事（いびき・睡眠・嚥下分野担当） 原浩貴氏
- ・久留米大学教授／日本睡眠検査学会理事長／日本睡眠学会理事 八木朝子氏
- ・ワールド健康保険組合 前専務理事／NPO法人健康経営研究会 元副理事長
保険者機能を推進する会 元会長／国際医療福祉大学院 元特任教授 安倍孝治氏
- ・三井住友信託銀行株式会社 副会長執行役員 野口謙吾氏
- ・株式会社先端技術共創機構（ATAC）代表取締役／株式会社経営共創基盤（IGPI）共同経営者 マネージングディレ
クター／公益財団法人がん研究会 アドバイザー／一般社団法人日本ディープリング協会 理事 川上登福氏

会見の様子



祝辞
超党派「国民の質の高い睡眠のための
取り組みを促進する議員連盟」
（通称 睡眠議連）
会長 衆議院議員 田村憲久氏



祝辞
超党派「国民の質の高い睡眠のための
取り組みを促進する議員連盟」
（通称 睡眠議連）
幹事長 衆議院議員 古川元久氏



開会挨拶・趣旨説明
内村直尚 理事長



講演①日本大学医学部
兼板佳孝先生

【報道関係の方からのお問い合わせ先】

一般社団法人 日本睡眠協会： pr@jsleep.org／担当：寺西

社団概要

名称： 一般社団法人 日本睡眠協会

英称： Japan Sleep Association (JSLEEP)

理事長： 内村直尚

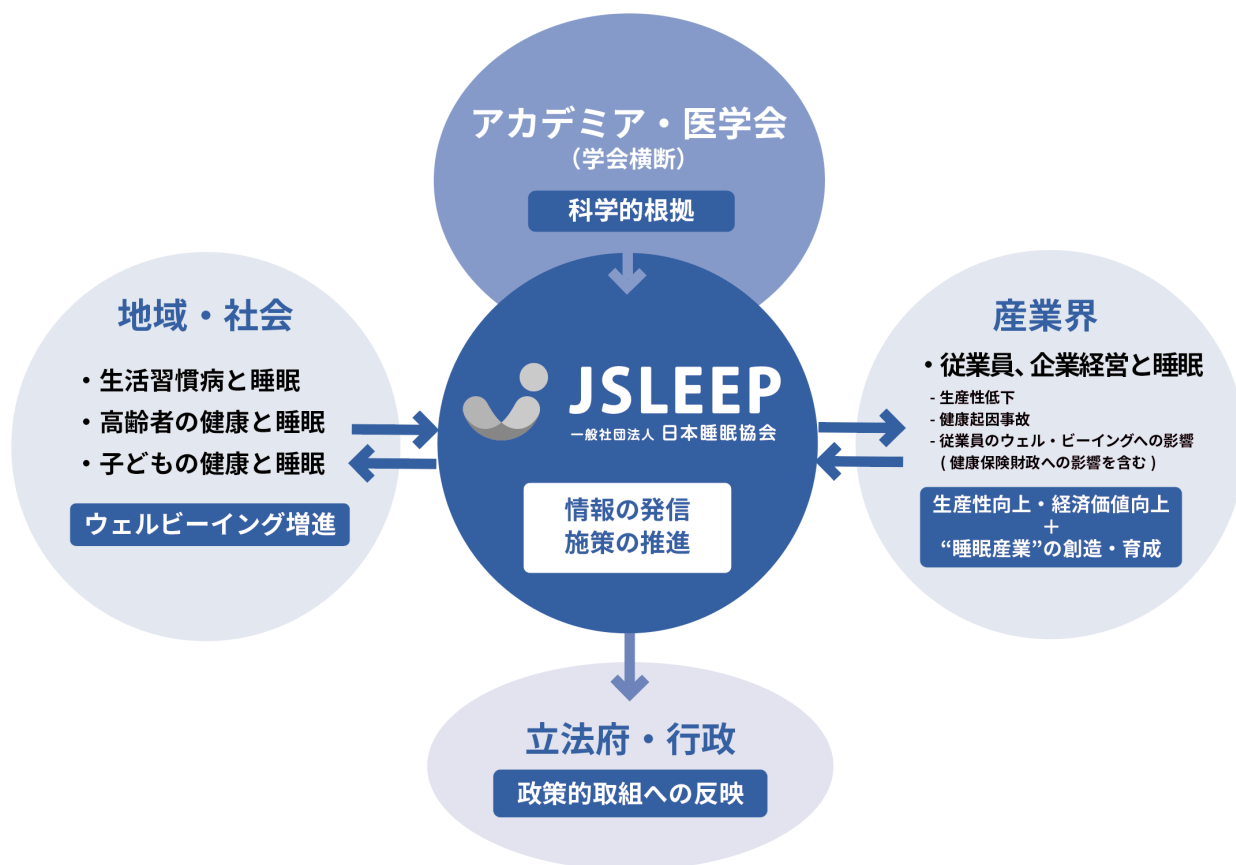
所在地： 東京都文京区本郷六丁目 2 5 番 1 4 号宗文館ビル 3

設立： 2023年8月11日

URL： <https://jsleep.org/>

活動内容：

アカデミア・医学会における科学的根拠を元に、勉強会・ワーキンググループの開催、睡眠関連イベントや啓発、そして立法府・行政などの政策提言を行うことで、睡眠をめぐる社会課題の解決や産業創造に貢献します。



【報道関係の方からのお問い合わせ先】

一般社団法人 日本睡眠協会： pr@jsleep.org / 担当: 寺西