

健康な入浴習慣をサポートするWEBアプリ「おふろカレンダー」に 睡眠の質を可視化できる「睡眠計測機能」を搭載

抽選で30名様に睡眠環境を整えるメガネ「JINS SCREEN FOR SLEEP」が当たるキャンペーンを開始！

湯まわり設備メーカーの株式会社ノーリツ（本社：兵庫県神戸市、代表取締役社長：腹巻知、東証プライム上場）は、健康な入浴習慣をサポートするWEBアプリ「おふろカレンダー」に、睡眠の質を可視化し記録できる「睡眠計測機能」※1を11月20日（水）より搭載しました。また、サービス開始を記念し、株式会社ジンス（以下 JINS）とのコラボレーションで、睡眠環境を整えるメガネ「JINS SCREEN FOR SLEEP」が抽選で30名様に当たるキャンペーンを、11月26日（火）から12月10日（火）まで実施します。

経済協力開発機構（OECD）が2021年に発表した統計※2によると、日本は先進国を中心とした33か国の中で睡眠時間が最も少なく、日本人の睡眠不足は深刻な社会課題であるといえます。ノーリツは、質のよい睡眠には入浴が効果的であることに着目し、入浴時の深部体温の変化を推測する人体熱モデル技術“HIITO（ヒート）”による「あったか睡眠サポートモード」を搭載した給湯器※3の発売や、「おふろカレンダー」での睡眠にまつわるコンテンツ提供、NTT東日本グループが運営するSleep Network Hub「ZAKONE」への参画を通じ、睡眠改善に向けた取り組みを推進しています。

このたび「おふろカレンダー」の睡眠履歴機能に、睡眠の質を可視化する「睡眠計測機能」※1を搭載しました。質問に答えると、その日の「睡眠の質」と「日中の眠気」の偏差値やスコア、アドバイスが表示されます。これらの計測結果は入浴・睡眠履歴とともに記録して推移をグラフで振り返ることができ、より良い睡眠をサポートします。また睡眠の重要性をより多くの方に啓発するため、「ZAKONE」の参画企業である JINS とのコラボレーションによって、ブルーライトをカットし睡眠の環境を整えるメガネ「JINS SCREEN FOR SLEEP」が抽選で30名様に当たるキャンペーンを実施します。

ノーリツは今後も“おふろの幸せ”を提供する商品・サービスを通じ、お客さまの豊かな暮らしに貢献できるよう努めてまいります。

キャンペーン 概要

- ・名称 おふろカレンダー「睡眠計測機能」※1リリース記念キャンペーン
- ・実施期間 2024年11月26日（火）～12月10日（火）
- ・プレゼント 睡眠の環境を整えるメガネ「JINS SCREEN FOR SLEEP」（30名様）
- ・応募方法 実施期間中に「おふろカレンダー」の「睡眠計測機能」※1を利用し、結果画面に表示されるキャンペーン応募フォームより応募（ご利用にはおふろカレンダーへの利用登録が必要です）
- ・特設サイト <https://ofuro-time.noritz.co.jp/calendar/campaign/sleep001.html>



WEB アプリ「おふろのじかん」

「おふろのじかん」は、おふろのプロフェッショナルによる、おふろのためのプラットフォームアプリです。入浴に関連する商品やサービスを提供する会社とコラボレーションし、普段の入浴時間をより充実させる情報を提供しています。本サービスはダウンロード不要で、ブラウザ上でご利用いただけます。



■ 体調にあわせた入浴法がわかる「おふろカレンダー」

「おふろのじかん」のコンテンツの一つで、健康需要の高まりに合わせて、おふろ時間を健康増進に役立てていただくことを目的としたサービスです。その日の体調に合わせて医師監修の入浴提案を受けることができる「温活モード」と「気象病モード」、日々の入浴時間・睡眠評価を記録することで、睡眠に影響がある入浴行動を把握し、よりよい入浴と睡眠にお役立ていただける「睡眠履歴」の3種類のモードからお好きな機能を選んでご利用いただけます。



「おふろカレンダー」スペシャルサイト <https://ofuro-time.noritz.co.jp/lp/calendar.html>

「睡眠履歴機能」※1は、ノーリツの給湯機器操作アプリ「わかすアプリ」※4の「あったか睡眠サポートモード」と連携が可能です。「わかすアプリ」で設定した就寝予定時刻とおすすめの入浴開始時刻が「おふろカレンダー」の「睡眠履歴」に自動で反映されます。「あったか睡眠サポートモード」には、おすすめの入浴開始時刻と退浴時刻、自分で設定した就寝予定時刻をお知らせする機能もあり、「わかすアプリ」と組み合わせることで、より効果的に睡眠記録を利用できます。



ZAKONE とは

NTT 東日本グループが運営する Sleep Network Hub「ZAKONE」は、日本の睡眠課題解消に対してさまざまな企業が共同で睡眠改善に資する新規事業創出やサービス開発、イベントを企画する仮想コミュニティです。ノーリツは2023年11月から参画しています。



公式HP：<https://zakone.jp/>

※1 本機能は株式会社NTT DX パートナー（代表取締役社長：阿部 隆）が提供する睡眠計測アプリケーション・プログラミング・インターフェース（API）を利用しています。睡眠計測の仕組みは、株式会社ブレインスリープ（代表取締役：廣田 敦）の提供する睡眠偏差値 forBiz の仕組みとなります。

※2 経済協力開発機構（OECD）、Gender data portal 2021

※3 2023年7月発売。詳細はニュースリリースをご覧ください。

<https://www.noritz.co.jp/company/news/2023/20230405-005231.html>

※4 無線 LAN 対応リモコン専用アプリです。本アプリに対応した給湯機器および給湯器リモコンでご利用いただけます。

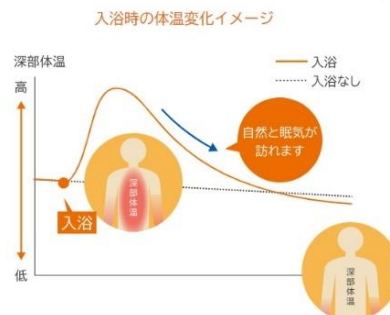
*ニュースリリースに記載されている内容は、発表時点のものです。最新の情報とは内容が異なっている場合がありますので、ご了承ください。

(ご参考情報)

■ 入浴と睡眠について

■ 入浴と睡眠に関する研究

睡眠と体温の変化は密接に関係しており、外部環境の影響を受けにくい身体内部の深部体温が下がり始めると、自然と眠気が訪れます。そのため、入浴による温熱効果で深部体温が上がると、退浴後の体温はより大きく差をつけて下がるため、自然に眠りにつきやすいとされています。



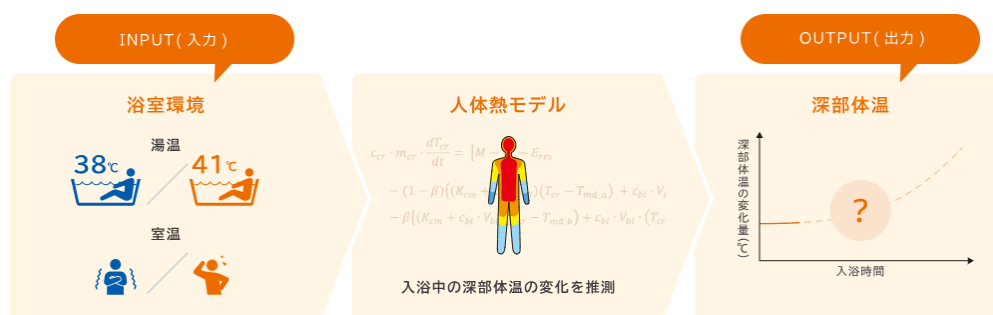
ノーリツは、九州大学大学院芸術工学研究院 前田享史教授、樋口重和教授の研究グループとの共同研究によって、入浴に伴う体温変化が睡眠潜時や睡眠の質に及ぼす影響を明らかにすることを目的に、若年から中年までの幅広い年齢層を対象に実生活空間で実験を行い、就寝 1.5～2 時間前の入浴における睡眠への効果を検証しました。その結果、しっかり浴槽浴をした場合は、シャワー浴や短めの浴槽浴と比べておやすみ満足度が高く、また睡眠前に目が覚めていた時間が短い傾向がわかり、入眠時間の短縮や睡眠の質改善に効果的であることが明らかになりました。



「九州大学前田教授・樋口教授とノーリツの共同研究」の詳細に関するプレスリリース(2023年9月15日発表) <https://www.noritz.co.jp/company/news/2023/20230915-005452.html>

■ 人体熱モデル HIITO(ヒート)の紹介

ノーリツは入浴と深部体温の関係に着目し、神戸大学高田暁教授・九州大学前田享史教授と共同研究を実施。入浴中の深部体温の変化を高精度に推測する技術、人体熱モデル「HIITO」を実現しました。この技術により、浴室の湯温や室温に応じた適切な入浴時間の算出が可能となりました。お湯の設定温度と浴室温度に応じておすすめの入浴時間を提案し、おやすみ前の入浴習慣をサポートする「あったか睡眠サポートモード」や、退浴タイミングをお知らせして長湯によるのぼせ対策をサポートする「ホッと湯上がりモード」を給湯器に搭載しています。



深部体温計測のイメージ