

生産性は、 睡眠で上がりますか？

～スタンフォード式最高の睡眠がもたらす最高の健康経営～



2018

7/6 (金)

19:00 - 21:30

(18:30 受付開始)

@日本橋

ライフサイエンスビル

2階 201 会議室

厚労省がすすめている「21 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 21）」では「栄養・食生活の管理」「身体活動・運動」と並んで「十分な睡眠の確保」が健康の要素として挙げられています。そして、睡眠はプレゼンティズムロス（生産性）メンタルヘルス不調・生活習慣病に大きく関係しているのにあまり重要視されていません。

今回のイベントでは睡眠に光を当てて、働き方改革や健康経営にどのように貢献できるのか、従業員の睡眠状態を良くするための具体的な事例やその方法、睡眠データがどう企業活動に活用できるのかについてセミナー／パネルディスカッションを実施します。



講演者

ニシノ セイジ
西野 精治

スタンフォード大学
睡眠・生体リズム研究所長・教授

「脱・睡眠負債を目指して
睡眠ビジネスができる事」



講演者

ヒライ タカユキ
平井 孝幸

株式会社ディー・エヌ・エー
CHO 室 室長代理

「投資価値のある健康経営に
おける睡眠の役割」



講演者

タニモト ジュンヤ
谷本 潤哉

O:INC. Founder/CEO

「睡眠で健康経営 / 働き方改革を支援する」



LINK-J サポーター

ツダ シンゴ
津田 真吾

株式会社インディージャパン
代表取締役 テクニカルディレクター



モデレーター

ツシマ タツロウ
津嶋 辰郎

株式会社インディージャパン
代表取締役 マネージングディレクター

Networking Night *with supporters*

プログラム

- 18:30 - 受付開始
- 19:00 - 開会、LINK-J 紹介
- 19:05 - ご挨拶 (津田氏)
- 19:10 - ご講演 (谷本氏、平井氏、西野氏)
- 20:00 - パネルディスカッション
- 20:40 - ネットワーキング

参加申し込み

下記サイトよりお申込みください

<https://peatix.com/event/354689>



※ LINK-J サポーター・会員の方は、割引コードをお伝えしますので、LINK-J までご連絡ください。

参加費

500 円 (LINK-J 会員) / 2000 円 (非会員)

会場へのアクセス

日本橋ライフサイエンスビルディング 2 階

〒103-0023 東京都中央区日本橋本町 2-3-11
日本橋ライフサイエンスビルディング 2 階 201 会議室
東京メトロ銀座線・半蔵門線「三越前」駅 A6 出口より徒歩 3 分
JR 総武線快速「新日本橋」駅 5 番出口より徒歩 2 分



お問合せ

一般社団法人ライフサイエンス・イノベーション・ネットワーク・ジャパン (LINK-J)

TEL:03-3241-4911 (平日 9:00-17:00)
E-mail:contact@link-j.org web:www.link-j.org



登壇者プロフィール

西野 精治 ニシノ セイジ

スタンフォード大学医学部精神科教授、同大学睡眠生体リズム研究所 (SCN ラボ) 所長、医師、医学博士 大阪府出身。
1987 年、当時在籍していた大阪医科大学大学院からスタンフォード大学医学部精神科睡眠研究所に留学。突然眠りに落ちてしまう過眠症「ナルコレプシー」の原因究明に全力を注ぐ。1999 年にイヌの家族性ナルコレプシーにおける原因遺伝子を発見し、翌 2000 年にはグループの中心としてヒトのナルコレプシーの主たる発生メカニズムを突き止めた。
2005 年にスタンフォード大学睡眠生体リズム研究所所長に就任。2017 年サンマーク出版より、「スタンフォード式最高の睡眠」を出版。睡眠・覚醒のメカニズムを、分子・遺伝子レベルから個体レベルまでの幅広い視野で研究している。「睡眠の謎を解き明かして社会に還元する」を命題としている。



西野精治 著
「スタンフォード式最高の睡眠」
(サンマーク出版、2017 年)

平井 孝幸 ヒライ タカユキ

健康経営アドバイザー。
DeNA で働く人を健康にするため 2016 年 1 月に CHO (最高健康責任者) 室を立ち上げる。その年に行なった多岐に渡る健康取り組みや人事、総務、産業医との連携が評価され、健康経営優良法人 2017 (ホワイト 500) を取得。
2017 年からは JWCLA の事務局長として健康経営を日本企業の文化にするための活動も行う。

谷本 潤哉 タニモト ジュンヤ

株式会社 O: Founder / CEO
京都府出身。広告代理店でコピーライターを 6 年間経験。長時間の労働で健康を損なったとき「時計を持たない 1 週間の無人島生活」で回復したことから睡眠や体内時計に興味を持つ。
2018 年 3 月、睡眠医学を基にした従業員のコーチングアプリと、その睡眠状況から組織の生産性を分析、改善まで実施する分析システム「O:SLEEP」を公開。経産省「課題解決型先進的 IoT Lab Selection」「TECH SIRIUS 2018」でグランプリ、三菱総研「未来共創 INCF コンテスト」最優秀賞に選出される。キャピタルメディカ「ヘルスケアベンチャーフォーラム (審査員: 堀江貴文氏など)」で優勝。http://o-inc.jp

津田 真吾 ツダ シンゴ

株式会社インディージャパン
代表取締役 テクニカルディレクター / LINK-J サポーター
HDD のエンジニアから INDEEJapan を起業。18 件の特許を持ち、12 カ国でプロジェクト経験を持つ国際派オタク。皮膚再生技術の INDEE MEDICAL 設立に関わり取締役も務める。

津嶋 辰郎 ツシマ タツロウ

株式会社インディージャパン
代表取締役 マネージングディレクター
鳥人間コンテストチームを創立、2 度の優勝。レーシングカーの空力デザイナーを経て半導体ベンチャーの創業に加わったのち INDEE Japan を起業したアイアンマン。