

<報道関係者各位>

2024年6月5日

株式会社サプリム

**株式会社サプリムが提供する睡眠障害リスク計測サービス「Sleep Doc」の導入事例を公開  
～セイノースーパーエクスプレス株式会社 様～**

ソニーとエムスリーの合併会社サプリム（本社：東京都港区、代表取締役：富山泰司）が提供する企業向け睡眠障害リスク計測サービス「Sleep Doc」を、セイノースーパーエクスプレス株式会社様に2023年11月から導入いただいております。本サービスの採用背景と現場の取り組みについてインタビューにご協力いただきました。



Sleep Docを2023年から採用されている、セイノースーパーエクスプレス株式会社 常務執行役員・藤松正樹様と人事ご担当者様にインタビューさせていただき、健康経営における積極的なアクションをスタートされている同社の取り組みをご紹介いただきました。「従業員を守るのが経営層の仕事」との強い企業リーダーシップのもと、運送事業者として感じている課題感と「睡眠」という大きな健康課題に対処するために Sleep Doc の導入を決められた経緯、採用の決め手となった「手軽にかんたんに測定できること」「医療機関の紹介などのサポート体制」など Sleep Doc の特長を活かし、現場の負担にならない社内運用の工夫など、具体的な事例を交えて詳しくお話を伺うことができました。

詳細なインタビュー記事は、産業保険・健康経営@領域における情報発信メディア「GO100」に掲載しております。

- ① 『Sleep Doc』は物流業界の睡眠健康課題を解決できるか？  
記事 URL : <https://at.m3.com/ext/xr89ne/>
- ② 大手物流会社が推進する健康経営。健康管理を主軸にしたその方法とは？  
記事 URL : <https://at.m3.com/ext/3PFNAX/>

日本人の成人の 2 割以上が不眠に悩むとされています。※1 特に睡眠障害の中でも睡眠時無呼吸症候群は自分では気づきにくく、6 割の人が自覚症状がないと言われています。※2 放置することで、健康者に比べて 交通事故リスクが 7 倍、2 型糖尿病のリスクが 2.3 倍、心不全が 4.3 倍など様々な疾患リスクが高まるだけでなく※3、労災のリスクが 2 倍になると報告されています。※4 睡眠問題は従業員の生産性低下をもたらし、損失コストは 1 人あたり年間 32 万円と言われています。※5 Sleep Doc は、様々なリスクの要因となる睡眠時無呼吸のリスク計測やその他の睡眠障害の早期発見により、企業の従業員の健康管理と安全管理に貢献していきます。

#### ■ 企業向け睡眠障害リスク計測サービス「Sleep Doc」について

Sleep Doc は、ソニー製専用デバイス等のウェアラブルデバイスを睡眠時に装着して、2 日間分の睡眠計測をすることで、睡眠時無呼吸のリスクを自宅で簡単にチェックできるサービスです。ウェブ上で睡眠に関するセルフチェックをしていただくことで、睡眠時無呼吸以外の様々な睡眠障害についても簡易的なリスクチェックを行うこともできます。計測結果は従業員個人向けのレポートに加え、従業員全体の計測結果の分布・傾向を解説する総合レポートをご提示します。さらに、睡眠専門医による豊富な動画コンテンツの提供や、睡眠障害リスクチェック後のフォローアップとして看護師による電話相談や睡眠専門クリニックの紹介も行います。

Sleep Doc サービスサイト URL : <https://sleep-doc.jp/>

#### ■ GO100 について

IT で医療問題に向き合うエムスリーが、未病対策「ホワイト・ジャック・プロジェクト」の一環として情報を発信するメディアが GO100（ゴー・ワンハンドレッド）です。産業保健・健康経営®領域における最前線をお届けしています。

<https://go100.jp/about/>

#### 注釈

※1 厚生労働省 平成 30 年(2018)「国民健康・栄養調査」

※2 Chang JL, Goldberg AN, Alt JA, et al. International consensus statement on obstructive sleep apnea. Int Forum Allergy Rhinol. 2023 Jul; 13(7): 1061–1482

※3 Mokhlest B. et al. The effect of sex and age on the comorbidity burden of OSA: an observational analysis from a large nationwide US health claims database. Eur Respir J. 2016; 47(4): 1162-1169

※4 Madeline Kennedy: People with sleep breathing issues more likely to get injured

at work: <https://www.reuters.com/article/idINKCN0WQ274/>; March 25, 2016

※5 経済産業省『企業の「健康経営ガイドブック」～連携・協働による健康づくりのススメ～（改訂第 1 版：平成 28 年 4 月）』

【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社サプリム

Sleep Doc お問い合わせ窓口

[sleepdoc@sapplym.com](mailto:sleepdoc@sapplym.com)