

## nishikawaが「掛けふとん」選びの新理論を構築

### SLEEP TECH®を活用した掛けふとんデジタル診断サービス

### 『SLEEP INDEX』を公式オンラインショップに導入

基礎代謝量、地域、季節、住環境などのデータから導き出す、一人ひとりの睡眠に合った「掛けふとん」の提案



西川株式会社(本社:東京都中央区日本橋 社長:菅野達志、以下nishikawa)では、SLEEP TECH®を活用した「掛けふとん」選びの新たな独自理論に基づいたデジタル診断サービス『SLEEP INDEX(スリープインデックス)』を2024年8月末から店頭サービスとして導入し、「日本橋西川」をはじめとする全国の寝具専門店や百貨店でご好評をいただいています。このたび、3月18日「春の睡眠の日」や新生活シーズンに向けて、nishikawa公式オンラインショップでも『SLEEP INDEX』のサービスを2025年3月7日(金)から開始しました。

#### nishikawa公式オンラインショップ『SLEEP INDEX』ページ

[https://shop.nishikawa1566.com/shop/pages/sleep\\_index.aspx?rtoaster=TOP\\_Seasonal\\_recommendations](https://shop.nishikawa1566.com/shop/pages/sleep_index.aspx?rtoaster=TOP_Seasonal_recommendations)

#### <『SLEEP INDEX』の開発背景>

近年、「マットレス」や「まくら」は、睡眠の質を高めるために一人ひとりの体型に合わせた商品が数多く販売されています。一方、「掛けふとん」は、季節の気温変化を目安にした商品提案が一般的です。しかし、年齢や性別、体型によって暑さや寒さの感じ方には差があり、また、地域や住環境によって寝室の温度も異なるため、掛けふとんの快適性には個人差が生じます。また、店頭では様々な商品がある中で「どの掛けふとんを選んだら良いかわからない」というお悩みの声も多くあります。こうした背景からnishikawaでは、当社の研究機関「日本睡眠科学研究所」と協働し、一人ひとりに合った「掛けふとん」の快適性を導き出すためのサービス開発に取り組みました。

#### <新「掛けふとん」選びの独自理論:一人ひとりに合った眠りの快適指数「Si」>

住環境の異なるメンバー10名が約1年間にわたって寝室の温度・湿度を測定した実証データと、日本睡眠科学研究所がこれまで培った理想的な寝床内環境(ふとんと体の間にできる空間の温度・湿度)の知見、そして睡眠科学の最先端技術を駆使し、「掛けふとん」選びの新たな独自理論を構築。性別・年齢・身長・体重による基礎代謝量、地域、季節別の寝室の温度、居住タイプから眠りの快適指数「Si」(保温の目安)を算出し、その指数を基に一人ひとりの睡眠に合った季節ごとの理想的な「掛けふとん」を導き出します。



## <掛けふとんデジタル診断サービス『SLEEP INDEX』>

『SLEEP INDEX』は、お客様の基礎代謝量と寝室環境のパーソナルデータを入力いただくと、季節(冬・春・秋・夏)ごとの眠りの快適指数「Si」を算出し、お客様一人ひとりに合った「掛けふとん」を提示します。店頭では『SLEEP INDEX』の診断結果を基に見合う商品をご提案します。nishikawa公式オンラインショップでは、診断結果を目安としてご自分に合った商品をお選びいただけます。

## <掛けふとん選びのお悩み・疑問を解消>

『SLEEP INDEX』は、下記のような「掛けふとん」選びの様々なお悩み・疑問を解消します。

- 春や秋の中間の季節はどんな掛けふとんが快適?
- 羽毛ふとんは厚め、やや厚め、薄めなど様々なタイプがあるが、どのボリュームが自分に適している?
- 寒く感じるので、今使っている掛けふとんに一枚プラスするとしたら、どんなものが良い?
- 夫婦で同じ掛けふとんを使っているが、妻は寒く、夫は暑く感じる。それぞれに合った掛けふとんは?
- 年間を通して使える掛けふとんは?

## 掛けふとんデジタル診断サービス『SLEEP INDEX』概要

### [展開店舗]

・2024年8月末から、「日本橋西川」をはじめとする全国の寝具専門店や全国の百貨店で順次サービスを導入。

日本橋西川 東京都中央区日本橋1-4-1 日本橋1丁目三井ビルディングコレド日本橋地下1階 [nihombashi-nishikawa.com/](http://nihombashi-nishikawa.com/)

・2025年3月7日(金)からnishikawa公式オンラインショップで展開開始。

nishikawa公式オンラインショップ [shop.nishikawa1566.com/shop/default.aspx](http://shop.nishikawa1566.com/shop/default.aspx)

### [デジタル診断の流れ]

- ① 以下2つのパーソナルデータを入力  
・基礎代謝量: 性別・年齢・身長・体重    ・寝室環境: 都道府県・住居タイプ・夏と冬の寝室の温度
- ② 入力データから季節(冬・春・秋・夏)ごとのお客様の眠りの快適指数「Si」を算出
- ③ 眠りの快適指数「Si」を基に、お客様一人ひとりに合った季節ごとの寝具2~3パターンをご提案



### [診断例]

・29歳男性: 190cm・95kg / 岩手県の賃貸アパート在住・2人暮らし / 夏の室温25度・冬の室温15度(エアコン使用)

- ▶ 眠りの快適指数「Si」: 冬 4.5 / 春・秋 3.0 / 夏 1.5
- ▶ 理想的な掛けふとん: 冬 羽毛掛けふとん 合い掛け0.7kg 1枚 または 羽毛掛けふとん 肌掛け0.5kg 1枚  
春・秋 真綿肌掛けふとん 0.5kg 1枚 または 羽毛掛けふとん 肌掛け0.3kg 1枚  
夏 綿毛布(毛羽部分)1枚 または シルク混ブランケット 1枚

・65歳女性: 155cm・46kg / 香川県の一軒家在住・家族4人暮らし / 夏の室温25度・冬の室温15度(エアコン使用)

- ▶ 眠りの快適指数「Si」: 冬 7.0 / 春・秋 5.0 / 夏 2.5
- ▶ 理想的な掛けふとん: 冬 羽毛掛けふとん 1.2kg 1枚 または 羽毛掛けふとん 肌掛け0.3kg + 合い掛け0.7kg 計2枚  
春・秋 羽毛掛けふとん 肌掛け0.5kg + 真綿肌掛けふとん 0.5kg 計2枚  
または 羽毛掛けふとん 合い掛け0.7kg 1枚  
夏 麻肌掛けふとん 0.26kg 1枚 または ウールブランケット 1枚

## マットレス&オーダーまぐらの測定サービス「ピマピッタ」と合わせて、 一人ひとりの睡眠に合った寝具をトータルでご提案

nishikawaでは非接触でお客様の全身を測定し、一人ひとりに合ったマットレスとオーダーまぐらをご提案する、寝具測定サービス「ピマピッタ」を寝具販売拠点に導入しています。掛けふとんデジタル診断サービス『SLEEP INDEX』と「ピマピッタ」を合わせて測定することで、掛けふとんからマットレス、まぐらまで、一人ひとりの睡眠環境に合った商品をトータルでご提案することが可能です。

### 【「ピマピッタ」測定の流れ】

- ① お客様の正面と横向きの全身画像を撮影し、寝具選びに必要な体型データを数値化します。
- ② 測定値からお客様に合ったマットレスとオーダーまぐらを判定。
- ③ 実際に寝試した時の寝姿勢(仰向け寝と横向き寝)を撮影し、寝具のフィット感を画像で確認いただけます。

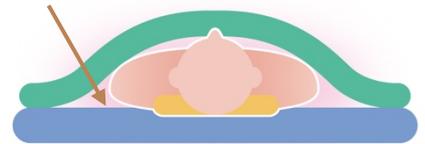


**SLEEP INDEXは、下記の室温別の寝具の組み合わせ理論をもとに、  
一人ひとりの基礎代謝を交え、さらにパーソナルなおすすめ寝具を提案します。**

### 室温別の寝具の組み合わせ

素肌にシャツを着ると、肌とシャツの間に空間ができるように、体と寝具の間にも小さな空間ができます。この空間の温度や湿度を「寝床内環境」といいます。夏は涼しく、冬は暖かく眠ることは、睡眠の快適さを決める大切な条件のひとつです。理想的な「寝床内環境」は、温度が $33\pm 1^{\circ}\text{C}$ 、湿度が $50\pm 5\%RH$ (RH:相対湿度)であることが日本睡眠科学研究所の実験結果からわかっています。

しんしょうないかんぎょう  
寝床内環境



また、掛け寝具には主に「保温性」「吸透湿性」「放湿性」「軽さ」「フィット性」の5つの機能が求められ、身体の生理的な変化に合った寝具を使用することで、眠りの質が向上します。

「寝床内環境」を適正に保つためには、季節や室温に応じて、寝具の種類や素材を組み合わせることが大切です。nishikawaでは下記のような組み合わせをおすすめしています。

室温別の寝具の組み合わせ				
室温 10℃ 以下	室温 15℃ 前後	室温 20℃ 前後	室温 25℃ 前後	室温 25℃ 以上
<ul style="list-style-type: none"> <li>・羽毛掛けふとん (1.2kg)</li> <li>+</li> <li>・ウール毛布</li> <li>・カシミア毛布</li> <li>・真綿掛けふとん</li> <li>・アクリル毛布</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・羽毛掛けふとん (1.0kg~1.2kg)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・羽毛掛けふとん (0.7kg~1.0kg)</li> <li>・真綿掛けふとん (1.0kg)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・羽毛掛けふとん (0.3kg)</li> <li>・真綿掛けふとん (0.5kg)</li> <li>・アクリル毛布</li> <li>・合繊掛けふとん (0.5kg)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・綿毛布</li> <li>・タオルケット</li> <li>・ガーゼケット</li> <li>+</li> <li>・冷感パッドシート</li> </ul>

〈 お客様からのお問合せ先 〉

nishikawa お客様相談室

[TEL.] 0120-36-8161 (受付時間: 平日 10:00~17:00) [WEB] <https://www.nishikawa1566.com/>