

ネスレ ヘルスサイエンスが、 『第97回日本産業衛生学会』にて、 企業向け睡眠プログラムの可能性についてセミナーを共催

ネスレ日本株式会社 ネスレ ヘルスサイエンス カンパニー(本社:兵庫県神戸市、カンパニープレジデント:中島昭広、以下「ネスレ ヘルスサイエンス」)は、2024年5月22日~25日、広島県の広島国際会議場・中国新聞ビルで開催された産業衛生に関わる医師や保健師が集まる『第97回日本産業衛生学会^{※1}』(企画運営委員長:三菱ケミカルグループ株式会社 全社統括産業医 真鍋 憲幸先生)にて、5月25日(土)に「睡眠課題解決に向けたヘルストラッカーと GABA サプリメントを活用した企業向け睡眠プログラムの可能性」をテーマにランチョンセミナーを共催しました。

<ランチョンセミナー 16>

5月25日(土)12:25~13:25 第2会場(広島国際会議場 B2F ヒマワリ)

【演 題】 「睡眠課題解決に向けたヘルストラッカーと GABA サプリメントを活用した企業向け睡眠プログラムの可能性」

【座 長】 谷川 武先生 (順天堂大学 大学院医学研究科 公衆衛生学講座)

【演 者】 白濱 龍太郎先生 (医療法人 RESM)

【第97回日本産業衛生学会 in HIROSHIMA】

変革期における産業保健のアイデンティティ -サイエンスに基づく組織と労働者の両立支援-



※1 「JSOH」公益社団法人日本産業衛生学会(理事長:森 晃爾先生)(Japan Society for Occupational Health):「産業衛生に関する学術の振興と、勤労者の職業起因性疾患の予防及び健康維持増進を図り、もってわが国の学術と社会の発展に寄与すること」を目的として設立された、日本国内において最も長い歴史を持ち、かつ最大規模の産業衛生に関する学術団体です。2021年3月時点で正会員数は約8,200名。医師、歯科医師、保健師、看護師、薬剤師、衛生管理者、作業環境測定士、労働衛生工学者、微量分析専門家、労務担当者、労働組合役員、心理職、行政職等、多様な職種の者から構成されています。
日本産業衛生学会(<https://www.sanei.or.jp>)

【セミナー内容】

睡眠課題解決に向けたヘルストラッカーと GABA サプリメントを活用した 企業向け睡眠プログラムの可能性

【座長】 谷川 武先生(順天堂大学 大学院医学研究科 公衆衛生学講座)

【演者】 白濱 龍太郎先生(医療法人 RESM 理事長)

【講演要旨】

睡眠の重要性は健康経営の観点においても重要視されている一方で、睡眠改善に意欲的に取り組む人は少数である。企業においては睡眠改善に対して関心を示さない層の取り込みが求められる。睡眠を改善する有効成分として睡眠薬のほか、食品成分などが報告されている。この中で GABA(γ -アミノ酪酸)は緑茶や大豆、発芽玄米などに含まれるアミノ酸の一種であり、GABA の経口摂取により寝つき、一時的なストレスを感じている方の眠りの深さ、睡眠起床時の気分の良さにおいて改善が認められたことが報告されている(Food Sci Biotechnol. 2016;25(2):547-551.)。今回、睡眠状態をモニタリングするヘルストラッカー、GABA 含有サプリメントおよび睡眠衛生指導の3点を組み合わせた企業向け睡眠プログラムの効果を検証した結果、本プログラムが交替制勤務者、夜間勤務者を含めた企業勤務者の睡眠の質およびプレゼンティーズムの向上に寄与することが示唆された。

図:睡眠プログラムのコンセプト(提供:白濱龍太郎 医療法人 RESM)



従業員の睡眠の質向上をサポート

ネスレ ヘルスサイエンスは、科学的な根拠に基づき、顧客の課題に応じたソリューション(アセスメントツール+製品+根拠となる学術情報)を提案する事で栄養療法や健康維持の道を切り開いてきました。今後も、研究活動や学術発表によって栄養療法の発展や健康維持に寄与するとともに、科学的根拠に基づいた製品やサービス、情報提供を行ってまいります。



谷川 武先生

順天堂大学大学院医学研究科公衆衛生学講座 主任教授

神戸大学医学部卒業、東京大学大学院医学系研究科博士課程修了。東京大学医学部助手、ハーバード大学 Visiting Assistant Professor、筑波大学講師、同助教授、愛媛大学医学系研究科教授を経て、2014年に順天堂大学大学院医学研究科教授に着任。

<https://www.juntendo.ac.jp/news/16465.html> より(一部改変)



白濱 龍太郎先生

医療法人 RESM(Respiratory & Sleep Medical Care)理事長

筑波大学卒業、東京医科歯科大学大学院統合呼吸器学修了(医学博士)。同大学睡眠制御学快眠センター、ハーバード大学公衆衛生大学院客員研究員、慶應義塾大学特任准教授などを兼歴。2013年に RESM 新横浜 睡眠・呼吸メディカルケアクリニックを設立。

<https://resm.info/clinic/salutation/> より(一部改変)

■ネスレ ヘルスサイエンスについて

ネスレ ヘルスサイエンスは、2011 年食品飲料業界のリーディングカンパニーである「ネスレ」によって創設された、先進的なヘルスサイエンスカンパニーです。世界 140 カ国以上で、12,000 人以上の社員が在籍し、消費者向け健康製品、医療介護施設向け栄養補助製品、科学的知見を取り入れたビタミンやサプリメントなど、幅広いブランドを展開しています。「高い付加価値」と「グローバルな研究開発力」を強みとし、「栄養の力」を基軸に、総合的に健康をサポートする提案をしています。

■ネスレ ヘルスサイエンスのパーパスについて

ネスレ ヘルスサイエンスは、“Empowering healthier lives through nutrition(栄養を通じて、人々のより健康的な生活を支援すること)”をパーパスとしています。消費者、医療・介護現場が願う健康的な生活のため、高品質で科学的根拠に基づく栄養ソリューションを顧客に提供しています。

【メディアお問い合わせ】

PR事務局(株式会社日本経済広告社内)尾花・池田

E-mail:nhs_pr@adex.co.jp

ネスレ日本株式会社 ネスレ ヘルスサイエンス カンパニー

東京都品川区東品川 2-2-20 天王洲オーシャンスクエア 20F PR 担当:津田

TEL: 0120-130-650 (受付時間:午前 9 時~午後 5 時 土日祝を除く)

E-mail:nhs_pr@jp.nestle.com

お客様相談室 0120-00-3088

ネスレ ヘルスサイエンス カンパニー www.nestlehealthscience.jp ネスレ日本 www.nestle.co.jp