

眠りが浅い、光が気になる。光を遮り、睡眠に悩むすべての人へ快適な眠りを 中山式産業が、遮光率100.0%で深い眠りをサポートする 「中山式 シャットアイマスク」を新発売

鼻まわりの光漏れ・目の圧迫・耳の負担を抑えた、人間工学に基づく立体設計

1940年の創業以来、80年以上にわたり日本人の健康を支え続けてきた健康・医療サポート用品メーカーの中山式産業株式会社（本社：東京都荒川区、代表取締役社長：中山 資紀）は、光を遮り快適な睡眠環境をサポートする新商品「中山式 シャットアイマスク」を、2026年8月3日（月）より発売いたしました。本製品は、使用している遮光生地が国内第三者機関によるJIS規格の遮光性試験で遮光率100.0%を確認した、光を遮るアイマスクです。従来のアイマスクで課題となっていた「鼻まわりからの光漏れ」「目への圧迫感」「耳への負担」を軽減。軽量で通気性に優れた素材と手洗い可能な仕様により、毎日清潔に、快適な睡眠環境づくりをサポートします。



世界最短クラスの睡眠時間と、多くの人が抱える睡眠の悩み

日本人の睡眠をめぐる課題は、年々深刻さを増しています。厚生労働省の解説書によると、OECDの調査において日本人の平均睡眠時間は7時間22分と調査対象33か国中で最も短く、平均の8時間29分より1時間以上短いことが報告されています。また、厚生労働省「令和5年 国民健康・栄養調査」では、1日の平均睡眠時間が6時間未満の割合が男性38.5%・女性43.6%にのぼり、男性の30～50歳代、女性の40～60歳代では4割を超えるなど、働き盛り世代を中心に睡眠不足が広がっています。

近年では、日中の忙しさで削られた"自分の時間"を取り戻そうと、就寝時間を遅らせてスマートフォンや動画を楽しむ「リベンジ夜更かし」という言葉も広がっています。しかし、暗い寝室で浴びるスマートフォンの光は、かえって寝つきの悪化や睡眠の質の低下を招くとも指摘されており、"眠りたいのに眠れない"という悪循環につながりかねません。

こうしたなか、睡眠を「日々の健康やパフォーマンスを左右する大切な時間」と捉え、寝具や照明を見直す人も増えています。とはいえ、寝室の明るさをコントロールしきれず、"光が気になって眠りが浅い"という悩みを抱える人は少なくありません。

厚生労働省：[良い目覚めは良い眠りから 知っているようで知らない睡眠のこと](#)

厚生労働省：[令和5年 国民健康・栄養調査結果の概要](#)

なぜ「光を遮る」ことが、睡眠環境づくりに大切なのか

睡眠の質を左右する要素のひとつが「光」です。厚生労働省の解説書でも、快適な睡眠のための寝室環境として「光・温度・音」が重要な要素として挙げられています。夜間に光を浴びると、睡眠を促すホルモン「メラトニン」の分泌が抑えられ、寝つきの悪化や眠りの浅さにつながるということが指摘されています。反対に、就寝時に光を遮ることでメラトニンの分泌が保たれ、自然な眠りへと導かれやすくなると考えられています。就寝時の光をどうコントロールするかは、睡眠環境を整えるうえで重要なポイントといえます。手軽に光を遮る方法として広く使われているのがアイマスクですが、市販品には「鼻の隙間から光が入る」「目が圧迫される」「耳が痛くなる」「蒸れる」といった不満も多く、"しっかり遮光できて、かつ快適につけられる"アイマスクは意外と多くありませんでした。

「中山式 シャットアイマスク」が、光と快適さの両立に応える

「中山式 シャットアイマスク」は、こうした課題に応えるために生まれたアイマスクです。使用している遮光生地は、JIS規格に基づく遮光性試験で遮光率100.0%を確認。光を遮り、暗い睡眠環境づくりをサポートします。さらに、80年以上にわたりサポーターやコルセットで培ってきた「身体に沿うフィット設計」のノウハウを応用し、人間工学に基づくシームレス3D設計を採用。従来のアイマスクで課題となっていた鼻まわりの光漏れ・目への圧迫感・耳への負担を抑え、「光を遮る性能」と「毎日つけられる快適さ」を両立しました。

「中山式 シャットアイマスク」4つの特長

・JIS規格の試験で実証された、遮光率100.0%の高い遮光性

使用している遮光生地は、一般財団法人ボーケン品質評価機構においてJIS規格に基づく遮光性試験を実施し、遮光率100.0%を確認。光をしっかり遮り、暗い睡眠環境づくりをサポートします。

・鼻まわりの光漏れ・目の圧迫を抑える、シームレス3D設計

人間工学に基づくシームレスな立体構造により、顔の凹凸に自然にフィット。従来のアイマスクで光が漏れやすかった鼻まわりの隙間を抑えながら、目もとに空間を確保することで、目を圧迫しにくい快適な着け心地を実現しました。

・耳が痛くなりにくい、サイズ調整可能なバンド

耳への負担が少ないバンドタイプを採用し、サイズ調整が可能。頭の大きさを問わずフィットし、長時間の着用や就寝中でも快適に使用できます。

・軽量・通気素材＆手洗い可能で、毎日清潔に

軽量で通気性に優れた素材を採用し、ムレにくく長時間でも快適。手洗いが可能なため、清潔な状態で繰り返しお使いいただけます。

遮光・光漏れを徹底比較
快適な眠りのために、遮光性とフィット感を追求した立体構造。

	本製品（立体構造）	一般品（フラットアイマスク）
遮光性の比較	光を完全に遮断 遮光率 100% (JIS-L1055 遮光性テスト)	光が漏れやすく、遮光性が低い ※イメージ
光漏れの比較 (着用イメージ)	すき間がなく、光をしっかりとブロック	すき間から光が入り、まぶしさを感じる

※遮光率の測定方法：JIS-L1055 A 法（フラット状態での試験）による検査結果

立体構造の特徴

光をしっかり遮断し、長時間でも快適な心地を実現するこだわり設計。



商品概要

- 中山式 シャットアイマスク
- 【発売日】2026年8月3日（月）
- 【価格】2,200円（税込）
- 【カラー】ブラック
- 【本体サイズ（約）】横幅24.5cm x 高さ10cm x 奥行2.5 cm
- 【素材】ポリエステル、ポリウレタン、ナイロン
- 【商品URL】<https://www.amazon.co.jp/dp/B0HB36NLZK>
- 【購入先】楽天市場・Yahoo!ショッピング・Amazon



中山式産業について

中山式産業株式会社は、1940年（昭和15年）の創業以来、「より健康に、より充実した輝く毎日を創り出す」をコンセプトに80年以上にわたり健康・衛生医療製品の研究・開発に取り組んできたメーカーです。コルセット、サポーター、快癒器（指圧代用器）、腹巻、健康食品といった製品を通じて、人々の「自然治癒力」を発揮させるきっかけとなる製品を世に送り出し続けています。

「より健康に、より充実した輝く毎日を作り出す」というミッションのもと、人々の健康と幸せへの願いを込めた製品開発と、社会全体の豊かさに貢献する企業活動を続けてまいります。

【会社概要】

商号：中山式産業株式会社
 代表者：代表取締役社長 中山 資紀
 所在地：〒116-0003 東京都荒川区南千住6-56-10
 設立：1956年10月
 事業内容：健康製品の製造販売
 資本金：9,800万円
 URL：<http://www.nakayama-shiki.co.jp>

