

## エアロクレイドルが現場ロケでの“必須アイテム”であると語る斎藤工さんが登壇 星のやすらぎ エアロクレイドル「ファイテン 睡眠ラボ」開催 ～ファイテン 安眠アドバイザーと睡眠について学ぶ～

スポーツ・健康・美容商品を製造販売するファイテン株式会社(所在地:京都市中京区、代表取締役:平田好宏、以下ファイテン)は、この度、「星のやすらぎ エアロクレイドル」を愛用し、そのCMキャラクターである俳優の斎藤工さんをお呼びし、ファイテン安眠アドバイザーの大河内久義と、「エアロクレイドル」を購入し、本イベントに応募した総勢約100名の観客と睡眠について学ぶイベント「ファイテン 睡眠ラボ」を開催しました。

イベントでは、普段斎藤さんが行っているという睡眠のためのルーティーンをテーマにトークしたり、斎藤さんが睡眠にまつわるクイズに回答したりしました。



斎藤工さん「エアロクレイドル」特設サイト URL: <https://www.phiten.com/saitoh-takumi-aerocradle/>

「エアロクレイドル」は、上質なポリエチレンに独自技術アクアゴールドシリカを配合した素材「アクアゴールドファイバー」によって作られた世界で唯一※のマットレスです。通気性や耐久性、クッション性など高い機能性を実現し、心身のリラックスをサポートします。

この度、「エアロクレイドル」のご愛用者であり、CMキャラクターにも任命されている斎藤工さんをお招きし、ファイテンエアロクレイドル「睡眠ラボ」を開催しました。会場には「エアロクレイドル」を購入し、本イベントに応募した総勢約100名の観客も集まり、斎藤さんやファイテン安眠アドバイザーの大河内久義と一緒に睡眠について学びました。

※アクアゴールドを配合した

### 【斎藤工さんメッセージ】

ファイテンについて、「スポーツをやっていたこともあり、ファイテンの製品を使っていて、確かな効果を感じていました。また、より良い睡眠を追及し、多くの人の悩みや苦しみを解消したいという思いで日々研究を重ね、進化するファイテンの大きなエネルギーに感銘を受けています。」と話し、エアロクレイドルについては、「体重に合わせた沈み方が心地良く、湿気の多い時期でも、湿度を感じることなく使うことができます。エアロクレイドルを使って寝ている時間はご褒美のようなものであり、オフの時間を支えてもらっています。エアロクレイドルはそれぞれの人に合った、一番正しい姿勢に誘ってくれる素材。日常では、マットレスだけでなく、座布団も使っていて、地方ロケなどにも車に積んで、移動には毎回持って行くようにしています。」と語りました。



## 【代表取締役 平田好宏メッセージ】

「自分自身がファイテン製品の中でも特に開発に注力しているのがエアロクレイドルです。技術開発にとっても注力しているため、ひらめきがあったら夜中であっても忘れてしまわないように、ある程度形になるまで寝ずに作業します。

そんな日々の中で、いかに短い睡眠時間で十分に体を休められるかを考え、自分が使ってみたいと思える寝具を追求し続けています。

金は古くから中国で漢方として使われており、金を使用したアクアゴールドファイバーからなるエアロクレイドルは、ストレス社会で生きる現代人をサポートするのではないかと考えています。

そんなエアロクレイドルを愛用して下さっており、本当に製品の良さを知って下さっている斎藤さんに広めてもらえるというのは大変光栄なことです。技術など、製品の中身についても大変興味を持っていただいているので、今後、いつか何か一緒に製品を作っていければ、という思いがあります。」



ファイテンはこれからも、トップアスリートから一般の方まで、様々な方の「健康」について考え、独自の技術の開発や商品、サービスの提供を通じサポートしてまいります。

## 【「睡眠生活」トークショー】

パート1:睡眠にこだわる斎藤工さんのマル秘ルーティーン

**人生の1/2が睡眠じゃないかというくらい睡眠浴が強いという斎藤さん、**

**こだわりのマル秘睡眠ルーティーンを公開「睡眠は、優人生において最も重要な充電・リセットの時間です」**

### ① 「眠れそうな時、その流れに沿う」

:少し早いな、という時間でも、眠気の第一波に逆らってしまうと逆に眠れない時があるから、眠くなったら欲求に逆らわずに眠っています。撮影中に眠くなることも多いです(笑)。

### ② 「マテ茶やプーアル茶を飲む」

:マテ茶やプーアル茶などのハーブティを、その時間自体も大切にしつつ飲むようになっています。朝飲めば前向きな気持ちになり、良い目覚めになります。夜はハーブティを飲むと、心地良く眠くなっている。季節に合わせてアイスやホットで飲んでいきます。

### ③ 「雑音をシャットアウトする」

:海外ロケだと、街の騒音などがうるさい時が多いです。また、街がまだ活気づいている時間に眠れないといけないときに、音が気になってしまうことがあります。そんな時、一度気になると眠れなくなってしまうから、初めから気にならないように耳栓でシャットアウトします。

眠りやすい周波数の快眠音楽は、良いとは聞かれますが、シャッフル再生で次に激しいダンスミュージックなどが流れてしまう可能性があるのが怖くて聞いていないです。自分の声が、眠りを誘うまったくゆったりの低音ボイスと言われることも多いです。



#### ④ 「落語を聴く」

:どうしても眠れない時には落語に頼っています。何度も聞いている話があって、その安心感から眠れることがあります。落語は、自分が見る”夢”との中間にあるもののようなイメージです。最近では女性や外国の方の落語も多くあるのでそれもおすすめです。

#### 安眠の4箇条:

1. 布団に入って15分以内に眠ることができる
2. 夜中に目が覚めなくて、朝まで眠ることができる
3. 朝起きた時、体がスッキリしている
4. 日中眠くなることがない

#### 解説:ファイテン安眠アドバイザー 大河内久義

質の良い眠りが取れているかどうかを4つの指標を使って判断しています。ひとつでも当てはまらないことがある場合、質の良い眠りが取れていない可能性があります。

質の悪い睡眠を続けると、リフレッシュすることができず、自分の身を削って動くことになり、体へのダメージが大きくなります。今の日本の睡眠事情として、寝ても疲れが取れないという「睡眠負債」を悩みに抱えている方が多くいるため、正しい知識を持ち、意識的に質の良い睡眠をとることが大切です。

#### ■プロフィール

ファイテン(株) 暮らしプロジェクト 安眠チーム所属

ファイテン安眠アドバイザー 大河内久義

全国のファイテンショップやイベントなどで安眠セミナーを多数開催。  
これまでに数多くの方の眠りの悩みに寄り添いアドバイスを行うなど、  
睡眠に対する啓蒙活動を精力的に行っている。



#### パート2:睡眠にまつわるクイズ

**睡眠クイズ、意外と知らなかった“睡眠豆知識”をファイテン安眠アドバイザーが解説  
斎藤さんの正解は3問中1問**

42度のお湯にあえて浸かっていたという斎藤さん、「42度は快眠にはあまり適さない」と聞いて驚き

会場で行われた〇×クイズ第1問目は、「Q1:体を芯から温め、ぐっすり眠るために、42度前後のお湯につかるのが良い。〇か×か」という質問。これに対して斎藤さんは「どこかで42度のお湯に浸かると良いと聞いたので、あえて42度にしています。朝42度のお湯に入ると目が覚めることがあるから、寝る前は熱いお湯とぬるめのお湯どっちが良いんだろう、と気になっていたのですが自信はないですが多分〇かな?」と悩みながらも回答しました。これに対して、正解は「×」で、「42度は熱すぎて目が覚めてしまう温度」ということを知った斎藤さんは驚きながら、正しい入浴方法を学びました。



「羊が1匹、羊が2匹…」と数えて眠くなる方法は、日本人には合わない！斎藤さん、完璧な解説を披露

「Q2:羊が1匹、羊が2匹、、、と数えると眠くなるのは本当。○か×か」というクイズに対しては、「これは即答で×です！」と答えた斎藤さん。数年前からこの問題が気になっていたという斎藤さんは、「僕も実際に羊を数えて、頭の中で想像してみたことがあります。だけど、白い塊がどんどん増えていくというのは、快眠というより、ファンタジーすぎて全く寝られない。」と語りながら、「これ、実は英語が元なんですよね。スリープとシープで音が似ているから。なので、ただのことばあそびなんですよ」と完璧すぎる解説を披露。これに対してファイテン安眠アドバイザーの大河内さんは「その通りです！」と絶賛しました。また斎藤さんは「日本人には睡眠とか眠るという言葉と響きが似ている言葉として、羊の代わりに眠狂四郎(ねむり きょうしろう)を数えればよいんじゃないですかね？(笑)」と発言しました。



忘れたいことがあったら“発酵する”つもりで眠りに入るという斎藤さん。

嫌なことがあった時、なかなか寝付けないのは、記憶が残ってしまうことを避ける”防衛本能”のようなもの

「Q3:嫌なことがあったら、とりあえず眠る。は正しいか否か」という質問に対して、「これは即答で○です」と回答。

ご自身の経験についても、「キャパをオーバーしたとき、まいってしまったとき、嫌なことを発酵しよう、という思いで、本能的に睡眠を求めていることがあります。パタッと倒れるかのように眠ってしまうんです。そんな時眠ると浄化されていて、目覚めたら、あれ？そんな嫌じゃないや！という気持ちになっていることもある。だから、正解だと思います。」と語りました。

しかし、嫌なことも良いことも全部記憶に残ってしまうため、じつは悪いことがあった時、無理やり寝てしまうのはあまり良くなく、ある実験でも、衝撃的な映像を見せた後にすぐ寝た人と寝ないでいた人とは、寝た人のほうが鮮明に覚えているという実験結果もあった。斎藤さんは「何年か前の年末に、絶叫するという企画があって、どの番組にいてもその映像を使われるから、風化していても記憶が蘇ります。そんなときは、忘れるために寝る、ということはしない方がいいですね。(笑)」とお茶目に語り、会場はあたたかい笑いに包まれました。また俳優業でも「台本を寝る前に反芻することがあって、そういうときの方が記憶に定着している気がします。朝起きたら覚えているよう、神頼みしながら眠りにつくこともあります。」と、睡眠と記憶の関係性を語りました。



### ■来場者へのメッセージ

「愛用しているファイテンというブランド・商品に携われたという不思議な時間で嬉しかったです。皆様の日常がもっと力強く輝くよう、ファイテンで快眠してください。僕も、親しい友人にマットレス「エアロクレイドル」をギフトとして渡したりしています。見えない時間をプレゼントする、快眠の時間をプレゼントするという愛情のこもった行為なのかなと思います。ぜひみなさんもエアロクレイドルで素敵な睡眠時間を一緒に過ごしましょう。」

## ■プロフィール

齋藤 工 (さいとう たくみ)

生年月日 : 1981年8月22日  
出身地 : 東京都  
身長 : 184cm  
血液型 : A型  
星座 : しし座  
趣味・特技 : 旅、合気道、サッカー



## PROFILE

1981年生まれ、東京都出身。

パリコレ等モデル活動を経て2001年に俳優デビュー。主な出演作に『愛と誠』、『虎影』(主演)(15)、『無伴奏』『団地』(16)、『昼顔』(17)、『去年の冬、きみと別れ』(18)、日仏シンガポール合作『家族のレシピ』(主演)、『麻雀放浪記2020』(主演)、『MANRIKI』(企画、プロデュース、主演)(19)などがある。公開待機作は『ヲタクに恋は難しい』、『糸』(20)『シンウルトラマン』(主演)(21)など多数。大河ドラマ『いだてん』出演中。

齋藤工名義でFILM MAKERとしても活躍し、初長編監督作『blank13』(18)では国内外の映画祭で8冠を獲得。

エリック・クー監督がショーランナーを務めるHBO ASIAのオムニバスホラードラマ「FOLKLORE」の一編『TATAMI』を監督し、同企画第二弾「FOODLORE」でも引き続き日本の代表監督として『Life in a box』を発表。日本のコンプライアンスをテーマにした映像作品『COMPLY+-ANCE』を製作するなど意欲的に映像制作に携わっている。

白黒写真家として「Figaro japan」で連載中。

昨年末、パリのルーブル美術館で展示された白黒写真作品『守破離』がブロンズ賞を受賞。

被災地をはじめ劇場体験が難しい地域の子供たちに映画を届ける移動映画館「cinema bird」を主催するなど活動は多岐にわたる。

## 「星のやすらぎ エアロクレイドル」商品概要



(左:星のやすらぎ エアロクレイドル 右:星のやすらぎ エアロクレイドルⅡ)

星のやすらぎ エアロクレイドル	
<b>サイズ</b>	シングル:幅 約 98cm×長さ 約 196cm×厚さ 約 3cm(中材:約 2.5cm)
	セミダブル:幅 約 121cm×長さ 約 196cm×厚さ 約 3cm(中材:約 2.5cm)
	ダブル:幅 約 141cm×長さ 約 196cm×厚さ 約 3cm(中材:約 2.5cm)
<b>素材</b>	生地:ポリエステル 100%
	中材:ポリエチレン(立体網状構造)
<b>価格</b>	シングル:45,000 円+税
	セミダブル:55,000 円+税
	ダブル:65,000 円+税

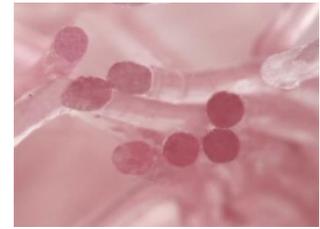
星のやすらぎ エアロクレイドルⅡ	
<b>サイズ</b>	シングル:幅 約 98cm×長さ 約 196cm×厚さ 約 3cm(中材:約 2.5cm)
	セミダブル:幅 約 121cm×長さ 約 196cm×厚さ 約 3cm(中材:約 2.5cm)
	ダブル:幅 約 141cm×長さ 約 196cm×厚さ 約 3cm(中材:約 2.5cm)
<b>素材</b>	表生地:パイル糸 綿 100%、地糸 ポリエステル 100%
	裏生地:ポリエステル 100%
	中材:ポリエチレン(立体網状構造)
<b>価格</b>	シングル:45,000 円+税
	セミダブル:55,000 円+税
	ダブル:65,000 円+税

①素材には上質なポリエチレンに独自技術アクアゴールドシリカを配合した「アクアゴールドファイバー」を使用  
エアロクレイドルの素材である「アクアゴールドファイバー」には、古来より美容や漢方薬などにも使用されてきた「金」を採用。独自技術である「アクアゴールドシリカ」を上質なポリエチレンにしっかり配合しています。美しいピンク色は金が配合されている証です。



## ②上質なポリエチレンを採用

ポリエチレンは食品の容器などにも使われる安全な素材です。アクアゴールドファイバーに採用しているポリエチレンは質の高いものです。粘り、しなり、絡みがよく、また伸縮性にも非常に優れており、睡眠中の身体をサポートする抜群のクッション性を実現します。



## ③全方向マルチスプリングで抜群のクッション性

「立体網状構造」により、縦方向の反発だけでなく、前、後ろ、横、斜め、いかなる角度で接していても、接している面に対して反発。体圧分散性に優れ、寝返りを徹底サポートします。



## ④中材は、丸洗い、アルコール消毒が可能

ポリエチレン素材だから、お風呂場等で丸洗いが可能でいつも清潔。さらに、アルコール消毒も可能なので、お子様のいる家庭でもお手入れが便利です。また空気層が多いため、洗っても数時間で乾きます。



## ⑤抜群の通気性

ほとんどが空気層のため、通気性が抜群。湿気が溜まりにくく、ダニやカビが好む環境を作りません。また、夏は涼しく、冬は暖かいのが特徴です。



## ■ファイテン株式会社

1983年の創業以来、「すべては健康を支えるために」を企業理念とし、数多くのボディケア商品を製造販売してきました。オンリーワンの技術開発に注力し、金属をナノレベルで水中に分散させることに成功。世界各国で100以上の特許を取得しております。その高い技術力を駆使したボディケア商品は国内のみならず世界でも高い評価を受けています。

## ■会社概要

本社：〒604-8152 京都市中京区烏丸通錦小路角手洗水町 678 番地

代表者：代表取締役 平田好宏

設立：1983年10月4日

資本金：3,000万円

Tel: 075-229-7575

Fax: 075-229-7509

企業サイト URL: <https://www.phiten.com/>

事業内容：医薬部外品・医療機器・化粧品・ヘアケア商品の製造・販売、スポーツ関連商品・健康食品・健康グッズ等の製造・販売、不動産事業