

総合的な菌ケアサービスを展開する「KINS」と
脳と睡眠を科学する「ブレインスリープ」が
腸内環境と睡眠の関係性について共同研究を開始

KINS



総合的な菌ケアサービスを展開する株式会社 KINS（代表取締役社長：下川穰、本社：東京都目黒区、以下 KINS）は、脳と睡眠を科学する株式会社ブレインスリープ（代表取締役：道端孝助、本社：東京都千代田区、以下 ブレインスリープ）と、腸内環境と睡眠の関係性について共同研究を開始いたします。

・取り組み背景

KINS は、ブランドスタートから累計約 15,000 人（2022 年 1 月時点）のユーザーの皆様皮膚、頭皮や腸内の常在菌データを分析し、腸内環境の乱れが身体に及ぼす影響について研究してまいりました。ブレインスリープは、スタンフォード大学睡眠生体リズム研究所所長の西野精治氏と道端孝助氏を中心に、多くの睡眠専門医が研究を行ってまいりました。KINS とブレインスリープのそれぞれにて事前調査を実施したところ、睡眠に問題を抱えている方が多く、腸内環境と睡眠に相関がある可能性がみられました。今後の共同研究を通じて、ユーザーの皆様の健やかな毎日の実現を叶えていきます。

・事前調査について

KINS ユーザーにアンケート調査*を実施したところ、約 78%の方が睡眠の質に問題を抱えていることが分かりました。十分に睡眠を取れていないと感じる方のうち 54%が「ニキビがある」と答え、一方で睡眠に特に問題を感じていない方のうち約 57%が「ニキビがない」と回答しました。十分に睡眠を取れていないと感じる方のうち排便が 2～3 日に 1 回程度の方は 32%、一方で睡眠に特に問題を感じていない方のうち排便が 2～3 日に 1 回程度の方は 21%という結果に。肌荒れや便秘が起こる要因として腸内フローラの乱れが挙げられるため、睡眠との関係性を示唆する結果となりました。

*2021 年 12 月実施 KINS 実施ユーザーアンケート調査（N=1,229）より

また、ブレインスリープが行った睡眠に関する調査*では、「下痢」「お腹のはり」「胃痛腹痛」が毎日気になる方と特に気にならない方の睡眠偏差値®を比べると、毎日気になる方のほうが平均して約 10.7 睡眠偏差値®が低い結果となりました。こちらの調査からも腸内環境と睡眠との関係性を示唆する結果となりました。

*2022年1月実施 ブレインスリープ実施 web 調査 (N=10,000ss) より

・株式会社 KINS とは

株式会社 KINS は、美と健康を司る全身の“菌”のケアをサポートするヘルステック企業です。もともと医療法人の理事長であった下川の、2,500人以上の慢性疾患患者に対し、人の身体に存在する常在細菌を生かした治療や生活習慣改善指導経験から生まれました。経営を行う中で大量に読み込んだ国内外の大学、研究機関が発表する様々な論文で、ひととき下川の目を引いたのが「健康と美と、菌の関係」についての記述でした。その経験を元に、腸内環境や皮膚の常在菌バランスを整えるサプリメントや化粧品、菌状態を知る検査キットを提供しています。KINS はこれからも、“菌ケアすることが当たり前である世の中”の実現を目指します。

設立：2018年12月

代表者：下川 穰

本社：東京都目黒区

HP：<https://yourkins.com/>

Instagram：[@yourkins_official](https://www.instagram.com/yourkins_official)



・株式会社ブレインスリープとは

株式会社ブレインスリープは、スタンフォード大学睡眠生体リズム研究所所長の西野精治と道端孝助によって「最高の睡眠で、最幸の人生を。」をミッションに、2019年に設立されました。主に最先端の睡眠研究を基に作られたオリジナルプロダクトの開発や睡眠に特化した企業への睡眠コンサルティングや IT を活用したサービス、医学的根拠がある睡眠情報の発信などを行っています。

設立：2019年5月

代表者：道端 孝助

所在地：東京都千代田区丸の内 2-7-2 JP タワー 26F

ブランドサイト：<https://brain-sleep.zzz-land.com/>

Instagram：[@brainsleep_official](https://www.instagram.com/brainsleep_official)

■睡眠偏差値®とは

睡眠を評価する際、しばしば睡眠時間などの単純な定量データだけに注目が集まりますが、ブレインスリープは、もっと多角的で総合的な観点から睡眠を評価することが重要だと考えました。そこで、睡眠に関する自覚症状や睡眠習慣を含む幅広い視点で睡眠の主観的評価を定量化する質問群を作成し、さらに日本人に馴染みのある「偏差値」として数値化することで、日本人全体の中での相対的な睡眠状態を把握することを可能にするシステムを構築しました。それが「睡眠偏差値®」です。

現在は、NTT 東日本をイノベーションパートナーとして、企業向け健康経営サービス「睡眠偏差値 for Biz」を展開しております。従業員の「睡眠」から企業との「エンゲージメント」を可視化し、さらに、全国の睡眠偏差値と比較することで、自社だけでは表面化されていない課題に新たに気づくことができ、プレゼンティズムを改善することができるサービスです。

