

●地域ニーズ・課題

「『睡眠』で健康経営 働く世代に『よく寝た!』を届けたい」

大府市は、「住みよいまち」として高い評価を得ている自治体であり、全国と比較して若い人が多い。

働く世代の健康を守るため、これまで啓発に留まっていた「睡眠」に積極的に介入し、睡眠の見える化や睡眠リテラシー向上等により、企業の生産性向上やメンタルヘルス対策に繋げることを目指す。

●実証概要

大府市の「健康プログラム」に参加する市内事業所の従業員を対象に、ルネサンスによる睡眠改善セミナーを実施し、その前後にトヨタシステムズの機器で睡眠の質を測定。実施期間中には測定データに加え、アンケートによる主観調査も実施し、事業所のニーズや取り入れやすさなどを見極めながら、働く世代の睡眠の改善に取り組む。

大府市（愛知県）

<https://www.city.obu.aichi.jp>

健康都市のトップランナーであり、2021年には大府市の取組が世界保健機関(WHO)のベストプラクティス賞を受賞している。将来を見据えた予防的健康づくりのため、働く世代の健康増進の取組も進めている。

株式会社トヨタシステムズ（愛知県名古屋市） <https://www.toyotasystems.com/>

ステークホルダーの満足と価値創造で、世界のリーディングITカンパニーを目指す。個々の能力を最大限に発揮できる職場環境や組織風土を目指し、働き方改革を推進している。

株式会社ルネサンス（東京都墨田区）

<https://www.s-renaissance.co.jp/>

「生きがい創造企業」としてお客様に健康で、快適なライフスタイルを提案する人生100年時代を豊かにする健康のソリューションカンパニー

