



大阪科学・大学記者クラブ 御中
(同時提供：大阪繊維記者クラブ、大阪商工記者会)

2016年1月29日
公立大学法人大阪市立大学 広報室



大阪市立大学
OSAKA CITY UNIVERSITY



西川リビング

西川リビングとの共同研究 身体に合わせた敷き寝具が日中の疲労を軽減 科学的に実証

大阪市立大学大学院 医学研究科 疲労医学講座の梶本修身(かじもと おさみ)特任教授は、西川リビング株式会社(本社:大阪市中央区、代表取締役社長:宮川一幸)と共同で、敷き寝具の違いによる睡眠の質改善と疲労軽減効果について検証試験を行いました。

その結果、身体に合わせた敷き寝具(枕とマット)使用により、睡眠の質が改善し、さらには日中の疲労が軽減されることが科学的に実証されました。

2007年に厚生労働省が行った国民健康・栄養調査では、国民の5人に1人が「睡眠で休養が取れていない」「何らかの不眠がある」と回答しています。睡眠の質の低下は生活の質(QOL)の低下をもたらし、日中の疲労(作業効率の低下)を引き起こすことから、深刻な問題と捉えられています。

本研究では睡眠障害要因の一つである寝具に着目し、西川リビングと共同で「睡眠」と「疲労」の両面から検証試験を行いました。



梶本 修身(かじもと おさみ)

大阪市立大学大学院
医学研究科 疲労医学講座
特任教授

1962年3月24日生

1994年

大阪大学医学部大学院(臨床内科系)修了
医学博士(大阪大学)

大阪市立大学大学院 医学研究科 疲労医学講座

研究テーマ

- 疲労のバイオマーカーと疲労の客観的評価法の開発
- 痛み、疲労など不快感を自覚するメカニズムの解明
- 生活習慣病の予後に関連するバイオマーカーの解明
- 抗疲労成分および食薬の効果・効能の検証

<ご掲載・ご取材等に関する報道関係者様からのお問い合わせ先>

公立大学法人大阪市立大学 広報室 担当/三苦優人、松木里奈
TEL 06-6605-3411 FAX 06-6605-3572 Email: t-koho@ado.osaka-cu.ac.jp

(発表の詳細は、西川リビング株式会社配信のプレスリリースをご参照ください)