

報道関係者各位

2019年9月3日  
一般社団法人まちかど健康づくりネットワーク  
代表理事 森本 滋久

## 9月3日睡眠の日、「眠りにいい宿」認定施設発表！



眠りにいい宿

*Qualified for good sleep*

健康増進や街の活性化にかかわる社会啓発活動を支援している一般社団法人まちかど健康づくりネットワーク(東京都多摩市、代表理事:森本 滋久)は、眠りに適した環境を整備した客室を持つ宿泊施設の第一号認定を発表します。

睡眠評価研究機構代表の白川修一郎先生監修の45項目に及ぶ審査を快眠コンソーシアム(東京都港区)の協力のもと睡眠改善インストラクター有資格者が実施し認定をしました。

今回認定を受けた施設は下記の2施設となります。

① HOTEL GREAT MORNING HAKATA (〒812-0025 福岡県福岡市博多区店屋町 6-3)

<https://hotelgreatmorning.com/>

独自の空調設備、徹底した外部音の遮断、珪藻土壁など睡眠環境にこだわった自然派の客室が素晴らしい。

② 京の宿 月光庵(〒604-8423 京都府京都市中京区西ノ京西月光町 18-17)

<https://gekkouan.jp/>

京都の町屋を柔らかな照明、体にやさしい寝具など眠りにこだわることでラグジュアリーな空間に大変身。

これからも私どもは、たとえ一泊の宿泊であったとしても熟睡できる環境を整えているご施設の支援を通じて睡眠環境の重要性を訴えてまいりたいと考えております。

※認定された宿泊施設は、「眠りにいい宿」の Web サイトで発表しております。

<https://www.nemuyado.com/>

※本認定は個々人の眠りを保証するものではありません。

※本認定ご施設の全ての客室で眠りに適した環境と認定されたものではありません。

● 本件に関するお問い合わせ

一般社団法人まちかど健康づくりネットワーク

担当: 森本滋久

TEL: 03-3292-2525

Mail: machikado.kenkou@gmail.com

● 一般社団法人まちかど健康づくりネットワーク

所在地: 〒206-0034 東京都多摩市鶴牧3-4-204

設立目的: 街にある、人が集まる場所(=まちメディア)を有効に活用し、その街の居住者ならびに  
来街者の健康増進や街の活性化にかかわる社会啓発活動を支援する。  
今回、宿も「まちメディア」のひとつととらえ、「睡眠の大切さ」と「正しい睡眠の方法」が社会に  
普及することを事業目的とし、本事業をスタートいたします。

● 白川修一郎先生プロフィール

睡眠評価研究機構(Sleep Assessment & Research Institute)の代表

(独) 国立精神・神経医療研究センター 客員研究員

江戸川大学睡眠研究所客員教授

一般社団法人 日本睡眠改善協議会 理事長

【専門分野と研究・活動内容】睡眠

科学、脳生理学

- ・睡眠科学、脳生理学を専門とする睡眠研究の第一人者
- ・広範な医療・福祉研究分野へ睡眠科学を導入し、脳の機能維持・改善や心の健康づくりのための指導を行う
- ・日本睡眠改善協議会理事長として睡眠改善インストラクター育成に従事

● 快眠コンソーシアム

良質な“眠り”を確保するための寝具や寝室・睡眠環境の提案など、「眠り」関連分野で顧客満足を追求する異業種企業が集まり、2003年12月1日に設立した任意団体

参加企業: 株式会社イワタ / 太陽化学株式会社 / 株式会社 S&A / 株式会社 STB・AD

事務局: 〒105-0014 東京都港区芝 2-30-15 MMSビル 3階

以上