

『ねむりの見守り』

実証プロジェクト 無料モニター募集！



「ねむりの見守り」は、睡眠センサーを活用し、地域の皆様の健康維持・改善、病気の予防をめざすサービスです。睡眠は、頭・身体・心の健康に密接に関連しています。ずっといきいきと、あなたらしく過ごすために「ねむりの見守り」で毎日の睡眠を見直してみませんか？

当実証プロジェクトは、国立研究開発法人日本医療研究開発機構（AMED）令和4年度「予防・健康づくりの社会実装に向けた研究開発基盤整備事業（ヘルスケア社会実装基盤整備事業）」における「Personal Life Record（PLR）と専門職の知見を組み合わせたヘルスケアサービスの社会実装を促進する研究プロセスとデザインのプロローの可視化」の研究に基づき、大阪大学大学院医学系研究科が他機関と連携して実施する取り組みです。

応募概要

対象者

一人暮らしの65歳以上の方
または、65歳以上のみの世帯（ご夫婦等）の方

* 本実証は大阪大学の研究の一環で実施するため、令和3～4年度に堺市で実施した「あんしん睡眠サポート」のモニター参加者は対象外となります

実証期間

令和5年7月～令和6年3月頃

実証方法

睡眠センサーのご利用とアンケートにご協力いただきます。

募集人数

60名 * 応募方法は裏面をご覧ください。
* 応募多数の場合はお断りさせていただく場合がございます。

モニター
参加無料

【応募〆切】

2023年
6/30（金）

ご利用メリット

睡眠の改善・維持に

定期的に睡眠習慣を振り返り、良い睡眠習慣への改善・維持をめざしましょう。

生活習慣の振り返りに

日中の運動や食事、人とのコミュニケーションなどが睡眠にも影響を与えます。

見守りに

ご家族へのレポートの郵送や、スマートフォンでの睡眠状況の確認も可能です。

謝礼等

月額利用料金・端末料金ともに実証期間中は無料です。
電気代のみご負担いただきますが、**謝礼としてクオカード2,000円分をお渡しいたします。**

『ねむりの見守り』実証プロジェクト 概要

睡眠センサーで測った睡眠習慣を定期的にレポートとして、お渡しします。

また、**保健師**または**看護師**があなたの睡眠習慣を確認し**睡眠**や**健康**をサポートします。

● 設置は簡単、すぐにご利用いただけます

ご利用いただく睡眠センサーは、お布団やマットレス下に敷き、電源プラグをコンセントに差し込むだけ。ルーターの電源も、同じ部屋のコンセントに差し込んでください。電気代はご負担いただけます。



【睡眠センサー】



【ルーター】



布団やマットレスの下に設置

● レポートを毎月お届けします

睡眠センサーで測った睡眠習慣をレポートにしてお渡しします。ご希望に合わせて、ご自宅への郵送またはメールで、毎月お届けします。

ご家族にもレポートをお送りすることができます。



【睡眠レポート(サンプル)】

睡眠習慣を確認し、
普段の生活から変化がみられる場合
こちらからご連絡させていただく
場合があります。

モニターご参加までの流れ

①睡眠セミナー& 実証説明会申込

下記からお申込ください。

②睡眠セミナー& 実証説明会に参加

実際の睡眠センサーを使い
ご説明します。

③モニター開始

ご自宅に睡眠センサーを
設置。モニター開始。

睡眠セミナー&実証説明会 日時

①7月7日(金) 10:00~12:00 (受付9:30~) フェニーチェ堺多目的室

(堺市堺区翁橋町2-1-1 最寄り:南海電鉄堺東駅)

②7月7日(金) 14:00~16:00 (受付13:30~) 堺市産業振興センター会議室1

(堺市北区長曾根町183-5 最寄り駅:南海電鉄中百舌鳥駅)

*申込の際に、いずれの回に参加したいかお伝えください(両回とも内容は同じです)

申込・問合せ先

お電話の際は、「モニター募集の件」とお伝えください。

メール: yamakawakenou@gmail.com

FAX : 06-6879-2543

電話 : 06-6879-2543 (月・水・金 11:00-12:00)

お申し込みの際は、

<①氏名 ②ふりがな ③住所 ④電話番号 ⑤年齢 ⑥参加を希望する睡眠セミナー&実証説明会の日時>
をお伝えください。

<参加者の個人情報について>

取得した個人情報は大阪大学大学院医学系研究科で厳重に管理します。取得した個人情報は、大阪大学大学院医学系研究科から大阪医科薬科大学、NTTPARAVITAへ本実証実施のために提供することがあります。分析・研究発表のために提供するには、個人が特定できない形に加工したうえで提供します。詳細は実証説明会にて説明いたします。

<堺市担当課>

堺市 健康福祉局 長寿社会部 長寿支援課、市長公室 政策企画部 先進事業担当

この取り組みは、本人や家族による健康状態のセルフチェックや見守りを目的としたものであり、個人の行動の監視や、医療的な行為を行うものではありません。