

快眠デザイン研究所とは

快眠デザイン研究所とは

「快眠」を通して企業に力を

企業の最終目的は利益の確保、社会の経済活動への貢献にあります。

私たちのビジネス環境は年を追うごとに変化し、「ITやAIの活用」「生産性向上」「労働時間の短縮」など取り組むべき課題が山積しています。

一方、そこで働く人材への「福利厚生」「働きやすい環境づくり」「健康管理」に投資することで「定着率の増加・離職率の減少・新規採用の増加」に効果が出ている企業もあります。

快眠デザイン研究所は「快眠」を通して、企業の利益、人材の育成、生産性の向上を図り、「企業に力をつける」お手伝いをします。

なぜ「睡眠」が着目されているのか

利益を生むも失くすも「人」

どの企業でも、人材の確保と利益を生み出す方法を模索しています。しかし、「人」が企業に多大な損失を生み出すことがあります。その多くは「ヒヤリハットとケアレスミス」によるものです。

今「IT」が広く叫ばれていますが、活用するのは「人」です。また社員が事故をおこした時の責任は当事者だけではなく、その企業にも責任があるとされ、会社自体が危機に陥ることも報告されています。

そして、その多くが企業の「健康管理と睡眠管理」の不適切な管理にあると判断されています。

企業内社員向け研修プログラム①
「企業内睡眠」セミナー（120分まで）

「生産性を上げる企業内睡眠セミナー」

セミナー内容（例）

- ・早わかり不眠のタイプ・睡眠不足が引き起こした事故
- ・自分にあった睡眠時間の見つけ方・社内で行き組む仮眠の事例と方法
- ・作業効率を上げるための「仮眠の工夫」・今日からできる眠りの向上ポイントetc

法人向けの「睡眠研修」です。社員様の福利厚生と健康経営推進にお役立てください。
社内の生産性を向上させたい。社員の事故防止に役立てたい。企業のリスクを回避したい。と
考えている担当者の方へ「わかりやすい睡眠セミナー」をご提案します。

「企業内睡眠」セミナー

- 睡眠セミナー120分まで
- 睡眠日誌の活用方法

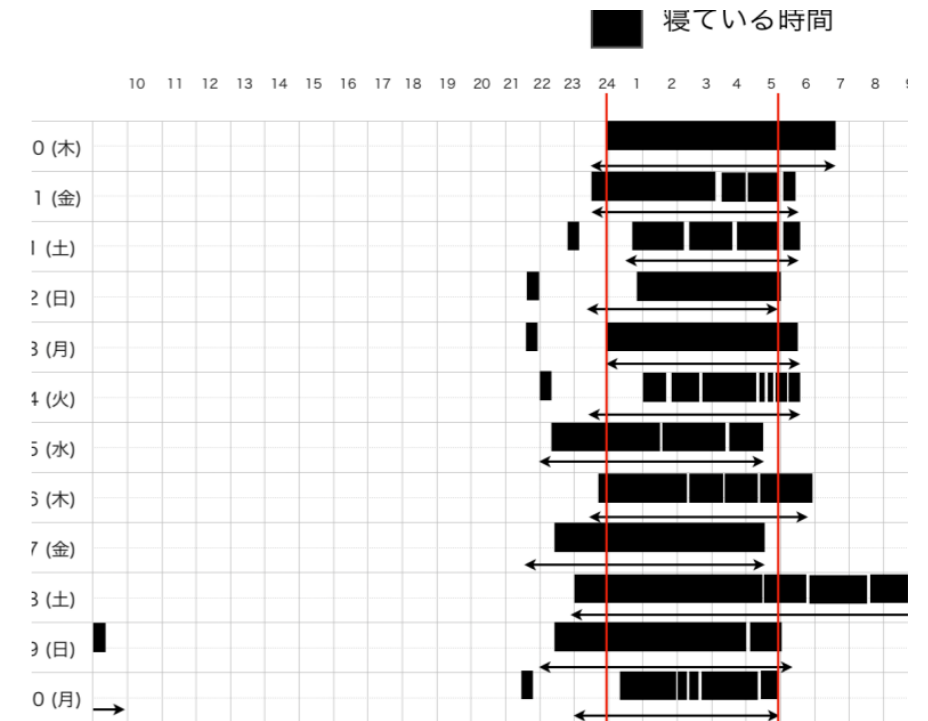
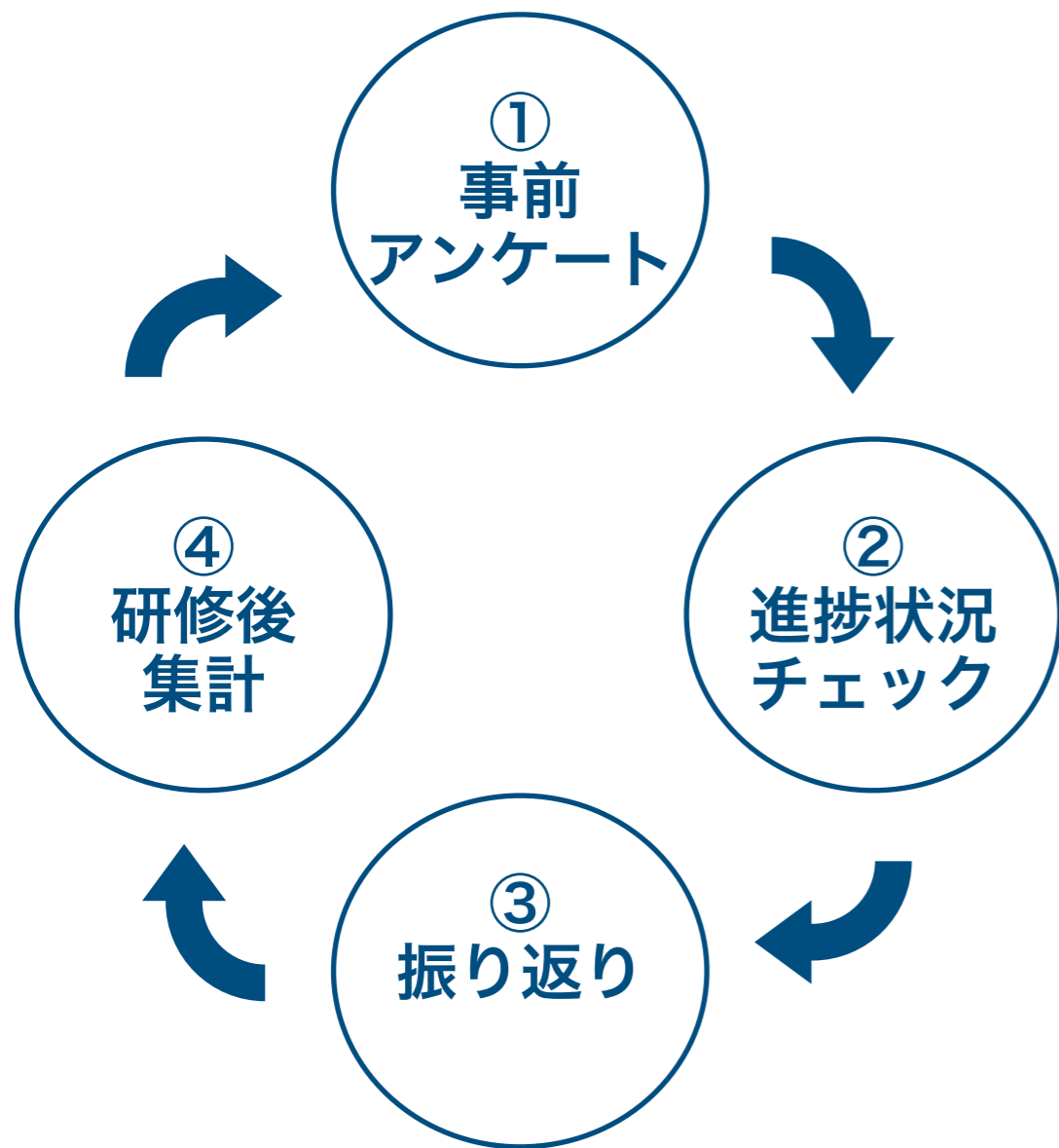
15万円（税抜）

*別途交通・宿泊費をお願いいたします

企業内社員向け研修プログラム②

「睡眠日誌とPDCAサイクル」活用セミナー

睡眠日誌で生産性を向上させる **4** サイクルセミナー



- ①事前アンケート：社員の睡眠アンケート集計
- ②睡眠日誌を使用した進捗状況と対策方法の提案
- ③睡眠日誌の記入チェックと不眠対策の提案
- ④受講前後の睡眠変化を集計

睡眠日誌とPDCAサイクルで 生産性を向上させる方法

- 睡眠セミナー3回
- 社員の睡眠チェック
- 睡眠日誌の集計

30万円（税抜）

*別途交通・宿泊費をお願いいたします

活動実績

- カーナビ製造メーカー「デンソーテン」にて「作業効率をあげるための快眠方法」セミナー
- ソニーセミコンダクタマニュファクチャリングにて睡眠セミナー
- 「自律神経と脳と睡眠」コラボセミナー連続中
- 地方自治体にて講演
- 商工会議所主催睡眠セミナー
- 教育委員会事業にて睡眠セミナー
- 個別睡眠アドバイス多数



概要

- 事業名：快眠デザイン研究所
- 本拠地：長崎県大村市武部町259-1
- 代表者：古泉 典彦
- 事業内容：企業研修、睡眠アドバイス、仮眠室設置アドバイス
- <https://comodmani.com/>

1、企業研修

「超」熟睡できる方法、仮眠制度の提案、健康経営向け睡眠研修

2、睡眠アドバイス

「睡眠日誌」を活用した睡眠コントロールの提案

3、仮眠室設置アドバイス

休憩室、仮眠室等の空間提案、アドバイス