

**エアウィーヴ 代表取締役会長 高岡 本州が内田 直氏との共著、
初の書籍『「睡眠品質」革命』を発売。**

八重洲ブックセンター本店で売上げランキング1位、丸善日本橋店で3位を獲得しました！

株式会社エアウィーヴ（東京都中央区八重洲）代表取締役会長・高岡 本州（たかおか・もとくに）は、2017年3月6日（月）に、内田 直氏（早稲田大学 スポーツ科学学術院教授、スポーツ科学未来研究所所長）との共著『「睡眠品質」革命 ～一流を支えるエアウィーヴ成長の軌跡～』（ダイヤモンド社発行）を全国発売いたしました。本書では十数年取り組んでいる“睡眠研究”の検証・分析結果をはじめ、これまでエアウィーヴが歩んできた軌跡を克明に描写しています。また、睡眠の質に光を当ててきたエアウィーヴの歩みだけでなく、これからの日本における睡眠の重要性について改めて提言しております。

経済協力開発機構（OECD）の調査（2009年）では、日本人の1日の平均睡眠時間は7時間50分。1位のフランスより1時間も少なく、18カ国中、韓国に次いで2番目に短かったという結果が出ています。働き方改革が叫ばれている昨今、睡眠不足や不眠症による経済損失は、年間数兆円にのぼるとまで言われています。

一人でも多くの方々が目覚めの違いを実感し、その日、最高のパフォーマンスを発揮できるように。そして日々、充実した人生を送れるようにとの思いから、エアウィーヴは、イノベーティブな技術で睡眠をデザインする睡眠のトータルソリューションカンパニーとして、これからも進化してまいります。

本書は、書店売上げランキングの上位を獲得いたしました。

【売上げランキング】

- ・八重洲ブックセンター本店 経済・経営・ビジネス書 1位（2017年2月26日～3月4日）
- ・丸善日本橋店 ビジネス・経済 3位（2017年2月23日～3月1日）



タイトル：「睡眠品質」革命

一流を支えるエアウィーヴ成長の軌跡

著者： 内田 直 / 高岡 本州

発行： ダイヤモンド・ビジネス企画

発売： ダイヤモンド社

仕様： 46版/248ページ

価格： 本体 1,500円+税

**■内田 直（うちだ・すなお）**

早稲田大学スポーツ科学学術院 教授、東京医科歯科大学 医学部 非常勤講師
スポーツ科学未来研究所 所長、日本スポーツ精神医学会 理事長



現在、早稲田大学において、これまでの睡眠研究の経験を生かして、スポーツと生体リズムにかかわる研究を行うと同時に、臨床的視点からオーバートレーニング症候群やそのほかのアスリートの精神医学的問題を研究。また、大学で教える他、大宮「スリープ・メンタルヘルス 総合ケア すなおクリニック」を開院し、外来診察を行う。著書に睡眠医学について「好きになる睡眠医学（講談社）」、アスリートのカウンセリングについて「スポーツカウンセリング入門（講談社）」などがある。

■高岡 本州（たかおか・もとくに）

株式会社エアウィーヴ代表取締役会長



1983年名古屋大学工学部応用物理学科を卒業し、1985年慶應義塾大学大学院経営管理研究科修士課程修了。同年に日本高压電気株式会社に入社。1987年6月にスタンフォード大学大学院に留学し、経済システム工学科修士課程修了。1998年5月に同社の代表取締役社長に就任（現任）。2004年11月に株式会社中部化学機械製作所（現・株式会社エアウィーヴ）の代表取締役社長に就任。2014年11月より会長職に就任し、現在に至る。

【はじめに】（本書より一部抜粋）

睡眠科学の領域では、まだ解明されていないことが多く、そのメカニズムを完全に理解することは難しい。しかしメカニズムを理解していなくても、暖かい布団の中で深い眠りにおち、目覚まし時計の音を聞かずとも、正しく目が覚めるだけで、「今日も一日頑張るぞ」と明るく前向きな気持ちになれる。また、反対に寝付きが悪く、ぐっすりとは眠れなかった日の朝は、体が重く気分もさえない。

人が良質な睡眠を十分に取れているとき、睡眠からどんな恩恵を受けることができるのか。

内田 直

【文中】（本書より一部抜粋）

北島康介選手がキラキラと輝く金色のメダルと一緒に帰国してくれることを、私は夢見た。帰国したアスリートが空港で多くのメディアのフラッシュを浴びる。胸には金メダル。荷物のカートの上には携帯用のエアウィーヴ。そして、その夢は実現した。私はすぐに会社に電話して、「これでやっとエアウィーヴが売れるぞ！」と弾んだ声で社員に話したものだ。すると、荷物を載せたカートにエアウィーヴのマットレスパッドが入った円い筒が確実に載っていたのだ。さらに金メダルを胸にした北島選手が、エアウィーヴをカートに載せて北京から帰国した。TVにもエアウィーヴがしっかり映った。これで当社は一気に忙しくなる！夢が実現した瞬間であった。しかし、そうはならなかった。夢はまだ、夢のままだった。次の日も、その次の日も、一週間たっても、当社は忙しくならなかった。メディアからの問い合わせも来ない。新聞を見ても、「選手の活躍の裏にエアウィーヴあり！」というような心躍る見出しも見当たらない。

高岡 本州



■目次

第1章 睡眠こそ最大の武器

第2章 最高の明日を迎えるために

第3章 睡眠を科学する

第4章 最適な睡眠をサポートする、最強の寝具

第5章 エアウィーヴの誕生と、今までの道のり

第6章 「睡眠を科学する」を振り返る -対談 内田直 / 高岡本州-

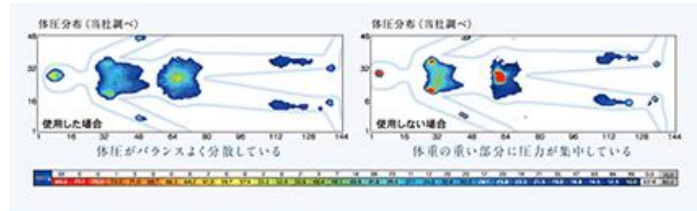


タイトル：「睡眠品質」革命 一流を支えるエアウィーヴ成長の軌跡



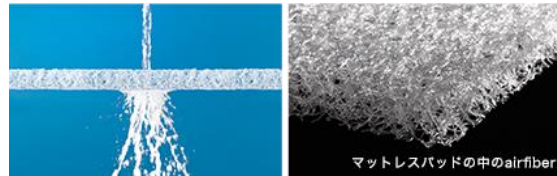
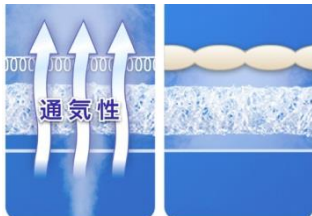
エアウィーヴは、睡眠をさらに進化させるために、ピロー、かけ布団、ベッドマットレスなどへカテゴリーを広げ、トータルな睡眠環境をご提案するブランドへ生まれ変わりました。すべての人が、目覚めの違いを実感して、最高のパフォーマンスを発揮できるように。エアウィーヴは、イノベーターな技術で睡眠をデザインする、睡眠のトータルソリューションカンパニーです。

<エアウィーヴの4つの特長>



①復元性（体重を押し返す力）が高く
睡眠時の寝返りがスムーズ

②優れた体圧分散で体に負担がかりません



③通気性抜群で夏は蒸れにくく、
冬は暖かい

④マットレスパッドの中のエアウィーヴ素材
まで洗えて清潔

■会社概要■

商号：株式会社エアウィーヴ
 創立：平成16年11月11日
 代表取締役会長：高岡本州
 所在地：東京都中央区八重洲 2-1-6

《コンタクトセンター》
 0120-824-811 (10:00 ~ 17:00)
 URL: <http://airweave.jp>

■本件に関するお問い合わせ先■

株式会社エアウィーヴホールディングス
 〒104-0028 東京都中央区八重洲 2-1-6
 E-mail: sayaka_tomoyasu@airweave.jp

PR部 笹崎・友安・宮島
 八重洲kビル4F TEL: 03-6214-2460 FAX: 03-6214-2461