

「睡眠検査」をスタートします

良い睡眠がとれているかがチェックできる「睡眠検査」を導入いたしました。悪い睡眠状態は脳卒中、心疾患、認知症、血圧、糖尿病、うつ病など多くの病気との関連が指摘されています。良い睡眠状態を保つことは、健康維持の大事な要素です。本検査で睡眠状態を把握することにより病気の予防につなげ、健康維持の助けとなることが期待できます。

本検査は簡単な装置を装着し、睡眠中の脳波や目や筋肉の動き、酸素濃度を測定することにより、あなたの睡眠状態や睡眠時無呼吸症候群の有無を把握する検査です。株式会社S'UIMINにより開発された本検査（InSomnograf）によりご自宅で簡単に高い精度の測定ができるようになりました。



「睡眠検査」で主にわかること

★睡眠の量

※短すぎる、長すぎる睡眠量は各種の病気と関係します。

★睡眠の質（レム睡眠やノンレム睡眠の量、途中覚醒の程度）

※レム睡眠や深いノンレム睡眠の減少と病気のなりやすさの関係が指摘されています。

★睡眠時無呼吸症候群の有無

※睡眠時無呼吸があると各種の病気になりやすくなります。日中の眠気も増大します。

本検査はご自宅での睡眠状態を可視化し睡眠専門家の総合判定を受け取ることができ、良い睡眠をとるための対策につながります。

プランは5晩コースとお手軽な2晩コースがあります。5晩コースには専門家からのより詳しいアドバイス記載があり、検査精度も安定しやすいコースとなります。

オプション料金

5晩コース 27,500円（税込） / 2晩コース 19,800円（税込）

「睡眠検査」の解析は株式会社S'UIMINにおいて委託分析されます。検査キットは株式会社S'UIMINから郵送でご自宅に届き、結果も同社から郵送されます。よって、本検査の分析や結果報告は当院人間ドック結果との連動はなく独立したものととなります。

裏面の注意事項をお読みになり、ご希望の場合は当センターへご連絡ください。



【注意事項】

- ①当センターの人間ドックを受診された方が対象のオプション検査となります。本検査のみを単独でお受けいただく事はできません。
- ②人間ドックの会計時にお渡しします【登録専用QRコード記載の申し込み用紙】は、再発行できませんので、紛失なさいませんよう大切にお持ちください。
- ③ご自宅にてスマートフォンまたはタブレット端末で登録専用QRコードを読み込んで会員登録していただきます。スマートフォンまたはタブレット端末をお持ちでない方、またはQRコードを読み取れない場合はお申し込みできませんので、ご了承ください。
- ④本検査は、株式会社S'UIMINに委託し、検査キットをご自宅にお送りして測定を行う検査となります。お申し込みの際、株式会社S'UIMINへの会員登録（氏名・生年月日・電話番号・住所・メールアドレス・パスワード等の登録）および会員規約への同意が必要となります。また登録後、睡眠検査の判定に必要な質問項目等（会員登録後のマイページ内にて）へもご回答いただきますので、ご了承ください。
なお会員登録および会員規約へ同意されませんと検査キットは郵送されませんので、人間ドック終了後お早めにご登録ください。
- ⑤本検査は日本国外に在住の方は申し込みできません。なお、検査機器の取扱い説明書や結果レポート等は日本語対応のみであり、サポート体制は日本国内に限られますのであらかじめご了承ください。
- ⑥検査費用は、健康管理センター受付で【登録専用QRコード記載の用紙】をお渡しする際に、お支払いいただきます。検査費用お支払い後のキャンセルは一切お受けしかねますのであらかじめご了承ください。

本検査を追加の方はご連絡ください。また、当日追加も可能ですので、お申し出ください。

☎04-7099-1115 ※ 予約受付時間 月～金曜10:00～16:00 / 土曜10:00～12:00
(日曜・祝日・第3土曜を除く)

亀田クリニック 健康管理センター

詳細は次ページをご確認ください。



ぐっすり眠れていますか？

脳波で

睡眠検査

InSomnograf

睡眠の良し悪しは、自分ではなかなか分かりません。

脳波計測と**専門家の眼**で、あなたの睡眠を**客観的に評価**します。

筑波大学と共同開発



睡眠学者 柳沢正史

筑波大学国際統合睡眠医科学研究機構 機構長
株式会社 S' UIMIN 取締役 CSO 会長

睡眠覚醒を司るオレキシンを発見。睡眠研究 20 年以上。
2016 年紫綬褒章、2019 年文化功労者、2023 年ブレークスルー賞、
2023 年クラリベイト引用栄誉賞など多数受賞。



こんな人にオススメ！

睡眠不調は病気と関係

睡眠不足と関係

レム睡眠と関係



肥満



糖尿病



認知症



糖尿病

脳が眠れている
時間は十分？

レム睡眠は
十分に取れてる？

不眠と関係

睡眠時無呼吸と関係



うつ病



心疾患



脳卒中



突然死

眠れないを
放置していない？

睡眠時無呼吸、
大丈夫？

- ✓ ぐっすり眠れた気がしない
- ✓ 日中、イライラする・
落ち込む・ボーっとする
- ✓ 良い睡眠が取れているか
知りたい

- ✓ 将来の病気リスクが不安
- ✓ パフォーマンスをあげたい
- ✓ ダイエットに成功しない



検査でわかること



脳のぐっすり度

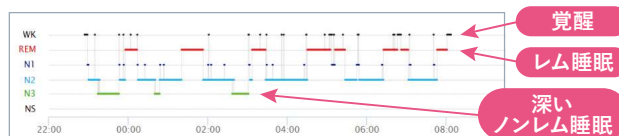
脳波計測により、睡眠の「量」と「質」を高精度に客観評価してスコア表示。脳が眠っている本当の睡眠時間や、睡眠安定度などから、ぐっすり眠れているかがわかります。スコアは翌朝スマホで確認できます。



高精度な睡眠グラフ



レム睡眠、ノンレム睡眠の量や割合を正確に調べ評価します。睡眠中に脳が起きている状態もわかり、客観的な不眠の有無を知ることができます。



専門家による

睡眠総合判定、睡眠障害リスク判定

あなたの睡眠の良し悪しを**専門家が5段階で評価**。睡眠時無呼吸などの睡眠障害のリスクも調べます。自分では気が付いていない睡眠トラブルが見つかるかも。

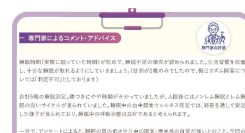


専門家による

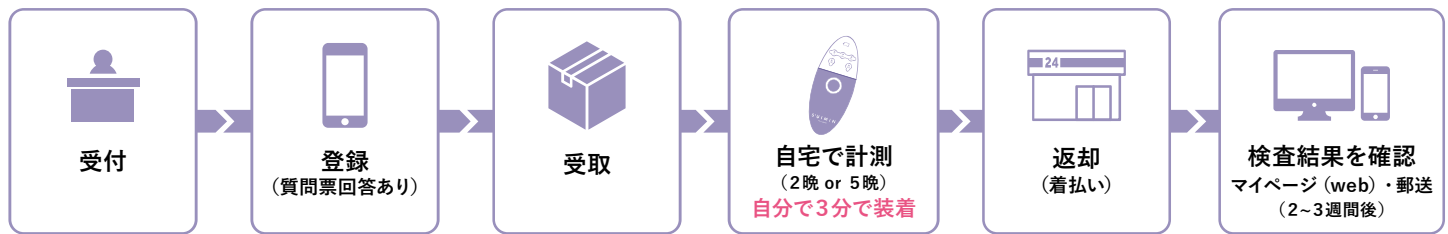
睡眠改善アドバイス



評価結果に合わせて、**あなた専用の睡眠改善方法を専門家がアドバイス**。別冊の「睡眠改善アドバイス集」も参考に、睡眠改善に取り組みます。



検査の流れ



※登録にはQRコードを読み取る機器が必要です。スマホやタブレットをご準備ください。

選べるふたつのプラン

	5晩プラン	2晩プラン
計測晩数(脳波・血中酸素ウェルネス測定)	5晩	2晩
わかること	脳のぐっすり度、睡眠グラフ	
	専門家による総合判定、睡眠時無呼吸のリスク判定	
	専門家による専用アドバイス、睡眠障害リスク判定	△ ※簡易アドバイス
検査結果レポートページ数	16ページ	8ページ
こんな人にオススメ	- 詳しくしっかり調べたい - 専門家からアドバイスが欲しい - 各種睡眠障害のリスクを知りたい	- 手軽に安く調べたい - 睡眠グラフを見たい - 睡眠時無呼吸のリスクを知りたい
料 金	27,500円(税込)	19,800円(税込)

検査の特徴

POINT 01

睡眠を最も詳しく正確に

脳波計測だからスマートウォッチより詳しく

POINT 02

自宅で簡単に検査ができる

いつもの寝具でいつもの睡眠を

入院不要

POINT 03

費用負担が少ない

【参考】入院による睡眠脳波の精密検査 平均価格
(入院費用等の諸経費を含む)

1晩: 約32,000円

※S'UIMIN調べ: 日本の医療機関(病院)8施設

※当検査は自費検査です。

今メディアで大注目!

NHK
日本テレビ
テレビ朝日
TBS テレビ
BS11+

「おはよう日本」「NHK NEWS」
「カズレーザーと学ぶ。」「世界一受けたい授業」
「徹子の部屋」「林修の今知りたいでしょ!」
「ニュースキャスター」「サンデージャポン」
「報道ライブ インサイド OUT」

日本経済新聞 東洋経済オンライン
ビジネス誌「PRESIDENT」 科学雑誌「Newton」
WIRED Japan「Tech Support」
宝島社「大人のおしゃれ手帖」
マガジンハウス「Tarzan」

など

本検査を追加の方はお申し出ください。当日追加も可能です。
※本検査の解析は亀田クリニック健康管理センターより株式会社S'UIMINへ委託分析されます。
検査キットは株式会社S'UIMINから郵送でご自宅に届き、結果も同社から郵送されます。
よって、本検査の分析や結果報告は当院人間ドック結果との連動はなく独立したものとなります。

亀田クリニック 健康管理センター

04-7099-1115

月～金:10:00～16:00 土:10:00～12:00 (日曜・祝日・第3土曜を除く)

無料かんたん睡眠チェック

迷ったらまずこちら!
スマホで3分、無料!
質問に答えてあなたの
睡眠をチェック!
検査オススメ度もわかる!

