

朝起きるのが楽しみになる睡眠ゲームアプリ、7月20日リリース決定！

錦鯉さん・丸山桂里奈さん・HIKAKINさんが『Pokémon Sleep』を体験
業界の垣根を超えマッシュスタイルラボ、昭和西川、日清ヨーク、ポケモンの4社が集結
睡眠の世界的権威 柳沢先生による講話も

ポケモン 代表取締役COO 宇都宮「睡眠に対するイメージをポジティブなものに変えたい」

『FUN SLEEP SUMMIT～睡眠をもっと楽しみに～』開催

【日 時】7月19日（水）【場 所】時事通信ホール（東京都中央区銀座5-15-8 時事通信ビル2F）

株式会社ポケモン(東京都港区、代表取締役社長:石原恒和)は、朝起きることが楽しみになる睡眠ゲームアプリ『Pokémon Sleep』のリリースを記念し、『FUN SLEEP SUMMIT～睡眠をもっと楽しみに～』を2023年7月19日（水）に時事通信ホールにて開催しました。



株式会社ポケモン 代表取締役COO 宇都宮「『Pokémon Sleep』を通じ、睡眠に“楽しむ”という新たな価値の提案を行いたい」

株式会社ポケモン 代表取締役COO 宇都宮崇人は、「ポケモンでは兼ねてより従来のゲームの枠組みにとらわれず、新たな視点で楽しむコンテンツを提供してきました。人々の日常生活における基本動作や行動に着目し、エンターテインメントの力によってそれらを充実したものに変えるお手伝いをしたい。その観点で、弊社が次に注目したのが『睡眠』です」と、今回の『Pokémon Sleep』の開発背景を語りました。

さらに、日本人が慢性的に睡眠不足であることに触れつつ、「『Pokémon Sleep』を通じて、「睡眠」に「楽しむ」という新たな価値を提案することで、皆さんの「睡眠」に対するイメージを少しでもポジティブなものに変えたいと思っています」と続け、“朝起きるのが楽しみになる”アプリ『Pokémon Sleep』のリリース日が7月20日になることを発表しました。

『Pokémon Sleep』プロジェクト担当 首藤「朝、昼、夜と『Pokémon Sleep』を遊びながら、たくさんのポケモンの寝顔に出会ってください」

続いて、株式会社ポケモン『Pokémon Sleep』プロジェクト担当 首藤まり江は、『Pokémon Sleep』の機能について説明を行いました。

首藤はアプリについて、「睡眠計測ツールとしてもご活用いただくことを目指して開発を行いました」と語り、「睡眠時間、睡眠タイプ、環境音といったデータをアプリから振り返ることができるほか、日ごとの評価や週ごとの睡眠の規則正しさなどを振り返ることができる」と、そのこだわりを力強く話しました。



錦鯉 長谷川さんがナイトキャップを被って登場！

いつもとは違う衣装での登場に、「テレビでしか観たことがなかったので、こういう格好に憧れていました！」

第一部では、錦鯉さん、丸山桂里奈さん、HIKAKINさんをお招きし、『Pokémon Sleep』を事前に体験いただいた感想や、3組の睡眠に関するお話を伺いました。

錦鯉 長谷川さんがナイトキャップを被って登壇し、お決まりの「こんにちは〜！」の挨拶を披露すると、いつもとは違う衣装での登壇にご機嫌な様子を見せていました。そんな様子を見た渡辺さんは、「いつもの衣装とは違うので、正直そわそわして落ち着かないです」とコメントしました。



『Pokémon Sleep』で計測された睡眠リズムのデータを振り返り、HIKAKINさんが思わず冷や汗！？ 睡眠が極端に短い状態に、世界的睡眠研究の権威である株式会社S'UIMINの柳沢先生がアドバイス。

『Pokémon Sleep』の体験トークでは、3組が『Pokémon Sleep』を事前体験し計測した睡眠データを振り返りました。

錦鯉の渡辺さんは「不思議で、でもポケモンならではの面白さもあって、睡眠との組み合わせは新鮮な体験だった」と振り返り『Pokémon Sleep』の楽しさを実感した様子でした。また、長谷川さんは2時間半しか寝ていなかったことを指摘されると「気を抜くと寝てるし、どこでも寝れるんですよ」とコメントし、会場の笑いを誘っていました。



1週間近く『Pokémon Sleep』を体験し、色違いのポケモン“マンキー”に出会ったというHIKAKINさんは、睡眠時間は短いものの睡眠リズムとしては安定しているという結果に「寝る時間や寝付く時間を気にしていませんでしたが、数字で見ることができてびっくりしました」とコメントしました。『Pokémon Sleep』の監修をしてくださっている株式会社S'UIMINの柳沢先生にHIKAKINさんの睡眠リズムを見ていただき、「6時間程度は睡眠時間を確保してほしいです！」とアドバイスが。HIKAKINさんは「絶対寝ます。もっと寝てると思ってたんですけど、寝つきが悪くて...そういうのに気づけたので良かったです」と驚いた様子でコメントしました。

丸山さんの睡眠のルーティーンは「耳を温める」、HIKAKINさんは「汗で床を腐らせたことがある」長谷川さんは「目をあけて寝ている」

トークセッションにて3組の睡眠についてお伺いしたところ、アスリートとして睡眠を大切にされてきたという丸山さんは「耳を温めるのと（羊の代わりに）ワニを数えるのがルーティーン」と丸山さんらしいユニークな回答。また、HIKAKINさんは「汗かきで床を腐らせたことがある」というエピソードを披露し、会場では驚きの声が上がっていました。また、渡辺さんからは長谷川さんが目を開けて寝ていると明かされ、笑いとともに和やかにトークセッションは終了しました。



睡眠の世界的権威、柳沢先生が「理想的な睡眠」を語る！

第二部では、睡眠の世界的権威 柳沢先生にご登壇いただき、①睡眠不足が続くとどうなる？②休日に「寝だめ」をするのは効果的？③より良い睡眠を取るために大切なことは？④すぐに実践できる睡眠のための秘訣とは？の4つについてお話を伺いました。柳沢先生は日本人の睡眠不足について「短期的な睡眠不足は日中眠くなったり、イライラしたり、ミスが増えるなど、脳と身体の不調によるパフォーマンス低下を引き起こす可能性があります。中長期的な睡眠不足は、メンタルの不調、生活習慣病、認知症のリスクを高めるなど、心身の健康に悪影響を及ぼす可能性があります。



さらに、アメリカのシンクタンク「ランド研究所」の調査によると、日本人の睡眠不足を原因とした経済損失はGDPあたり約3%とされています」と危機感をあらわにしました。

さらに、「人間は睡眠が充足しているとそれ以上眠れないため、『寝だめ』のように長い睡眠を取れるのは、睡眠負債を抱えている状態です。つまり、睡眠負債を返すだけなので、『寝だめ』と表現されますが、睡眠貯金ができているわけではないんです」と明かし、睡眠のリズムを崩さず眠ることが重要だと訴えました。また、「『不眠』は自分が眠りたいときに眠れない状態の事を指しますが、実際にはきちんと睡眠を取れていることも多いです。そのため、睡眠に見える化することがとても大事です。また、自分なりの睡眠ルーティーンを見つけられるとより良いです」と、睡眠の見える化は、健康な睡眠を実現する上で欠かせないと話しました。

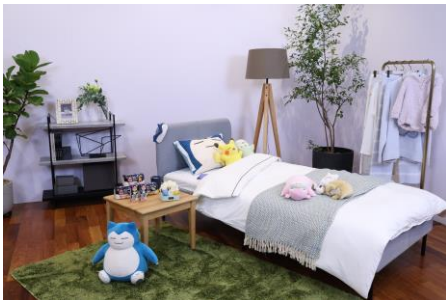
さまざまな角度から睡眠に取り組む企業4社が集結！「今後も各社の皆様と手を取り合いながら、睡眠のエンタメ化という体験を広めていきたい」

当日は株式会社マッシュスタイルラボ 企画本部 gelato pique サブディレクター 伊藤真央さん、昭和西川株式会社のMD本部 企画部 MD課 原野早苗さん、日清ヨーク株式会社 マーケティング部 ブランドマネージャー 星理恵さんの3名と株式会社ポケモン『Pokémon Sleep』プロジェクト担当 佐藤優が登壇し、各社の考える睡眠についてお話をいただきました。



株式会社マッシュスタイルラボ 伊藤さんは「睡眠までのリラックスタイムから楽しんでいただくために、『Pokémon Sleep』の可愛さをジェラートピケの優しい生地で表現できるように企画しました」と今回のコラボ商品について語りました。昭和西川株式会社の原野さんは「寝具は実はバリエーションが多いのですが、あまりご存じではない方もいると思います。コラボ商品をきっかけに、こういうシーツが気持ちいいな、使い心地が違うんだな、と体感していただきたいです」と明かしました。また、日清ヨークの星さんは「睡眠と聞くと、学術的なイメージがあり、少し難しく感じる場所もあるかと思いますが、エンタメ化により、「睡眠」をより身近に感じていただけるとても良いきっかけになるのではと思いました。我々日清ヨークでも楽しく健康管理をしていただきたいという気持ちで商品を開発しておりますので、『Pokémon Sleep』の「楽しく睡眠を整える」というコンセプトにシンパシーを感じましたし、ワクワクしました」と今回のコラボレーションについての期待を語りました。

株式会社ポケモン『Pokémon Sleep』プロジェクト担当 佐藤は「商品化という枠を超えて、改めて皆さんと取り組みができたこと、非常に嬉しく思っております。『Pokémon Sleep』だけでなく、皆さんのお取り組みを通じて、少しでも睡眠に意識を向けていただき、睡眠がもっと楽しみになる体験を引き続きお届けしていきたいです」と決意を語りました。



【『FUN SLEEP SUMMIT～睡眠をもっと楽しみに～』 実施概要】

- 日程：2023年7月19日（水）第一部 10:30～11:30、第二部 14:00～15:00
- 会場：時事通信ホール（東京都中央区銀座5-15-8 時事通信ビル2F）
- 登壇者：株式会社ポケモン 代表取締役 COO 宇都宮崇人（第一部・第二部）、株式会社ポケモン『Pokémon Sleep』プロジェクト担当 首藤まり江（第一部・第二部）、株式会社ポケモン『Pokémon Sleep』プロジェクト担当 佐藤優（第二部）、株式会社S'UIMIN 代表取締役社長 柳沢正史さん（第二部）、株式会社マッシュスタイルラボ 企画本部 gelato pique サブディレクター 伊藤真央さん（第二部）、昭和西川株式会社 MD本部 企画部 MD課 原野早苗さん（第二部）、日清ヨーク株式会社 マーケティング部 ブランドマネージャー 星理恵さん（第二部）、
- ゲスト：錦鯉さん、丸山桂里奈さん、HIKAKINさん（第一部）

『Pokémon Sleep』について

<商品情報>

タイトル: 『Pokémon Sleep』

配信日: 2023年7月20日よりリリース開始(日本国内)

販売価格: 基本プレイ無料 ※アプリ内課金あり

販売: 株式会社ポケモン

開発: 株式会社SELECT BUTTON

対応OS: iOS/Android

ジャンル: 睡眠ゲーム

プレイ人数: 1人

対応言語: 日本語・英語・スペイン語・フランス語・ドイツ語・イタリア語・韓国語・中国語(繁体字)

※本ソフトの対応言語「スペイン語」は「欧州スペイン語」です。



<公式サイト>

<https://www.pokemonsleep.net>

<権利表記>

©2023 Pokémon. ©1995-2023 Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.

Developed by SELECT BUTTON inc.

ポケットモンスター・ポケモン・Pokémonは任天堂・クリーチャーズ・ゲームフリークの登録商標です。