

～『Pokémon Sleep』1周年記念！寝苦しい夏も『Pokémon Sleep』で睡眠を楽しく～
**佐野勇斗さん、3時のヒロイン福田麻貴さん、
福原遥さん、松丸亮吾さんがご登壇！「睡眠3番勝負」を実施**
『SUMMER SLEEP FEST～夏の睡眠はもっと楽しめる～』

三者三様の寝顔を発表！福原さんは「うとうとしている様子です」と撮影期の寝顔を公開

3番勝負の勝者佐野さんは「ポケモンが大好きなので、少しでもアピール出来たら」と、愛の溢れるコメントを披露

株式会社ポケモン（東京都港区、代表取締役社長：石原恒和）が展開する、朝起きるのが楽しくなる睡眠ゲームアプリ『Pokémon Sleep（ポケモンスリープ）』は2024年7月20日をもってリリースから1周年を迎えます。寝苦しい夏も『Pokémon Sleep』を使って楽しく眠ろう、をキーワードに『SUMMER SLEEP FEST ～夏の睡眠はもっと楽しめる～』を2024年7月17日（水）に開催いたしました。



当日は、株式会社ポケモン代表取締役COO宇都宮崇人より、『Pokémon Sleep』リリース1周年にあたっての実績や、約1年間のプレイデータに基づいた睡眠時間等の調査結果についてお伝えしました。その後は、リラックススウェア姿の佐野勇斗さん、3時のヒロインの福田麻貴さん、福原遥さんをゲストとしてお招きし、トークセッションを実施。また寝苦しい夏こそ『Pokémon Sleep』を使うと、毎日の睡眠がより楽しくなるということを皆さんに実感していただくために「ねむけパワー対決」「料理レシピ対決」「寝顔図鑑対決」の睡眠3番勝負を実施しました。特別審査員として松丸亮吾さんも登場し、会場は盛り上がりを見せました。

『Pokémon Sleep』1周年！ダウンロード数は先月全世界で2000万を突破！

「平均気温が高い日は寝つきまでにかかる時間が伸びる傾向があり、寝つきと気温に相関性があることを発見しました」

代表取締役COO宇都宮は、サービス開始1年を迎えることに感謝の言葉を述べるとともに、これまでの実績について「直近の国内のアクティブユーザーのうち、昨年のリリースからプレイを継続している方は全体の約6割にものぼります。また、ダウンロード数は先月全世界で2000万を突破し、計測した睡眠の回数は5億回を超えるものとなりました」とコメント。

また、国内 No.1*1のAI食事管理アプリ『あすけん』の開発・運営を行う株式会社Asken(東京都新宿区、代表取締役社長：中島洋)と、世界トップレベルの睡眠研究所である『筑波大学国際統合睡眠医科学研究機構(IIS)』との共同大規模調査について、『あすけん』で食事管理をし

ている人のうち、『Pokémon Sleep』との併用により睡眠時間が伸びた人はダイエット効果が約2倍であり、寝つきまでの時間が短くなった人はダイエット効果が2.2倍であったことを説明。さらに『Pokémon Sleep』の約45%のユーザーにおいて睡眠時間が長くなったことが確認できたことを語りました。しかし「日本の平均睡眠時間に関しては世界7カ国（日本、アメリカ、イギリス、フランス、ドイツ、イタリア、カナダ）で最下位だった」と話したあと、「平均気温が高い日は寝つきまでにかかる時間が伸びる傾向があり、寝つきと気温に相関性があることを発見しました」と新たな調査結果を発表し、寝苦しくなる夏を迎えるにあたって「朝起きるのが楽しくなるアプリ『Pokémon Sleep』が皆さまにとって夏の良い睡眠をサポートできるのではないかと考えました」と、本イベントを開催する運びとなった背景について語りました。最後に、今回のイベント会場でもあるグランド ハイアット 東京でのコラボルームやレストランメニュー、株式会社マッシュスタイルラボの「GELATO PIQUE meets Pokémon Sleep」、花王株式会社の「バブ」「めぐりズム」との企業コラボについても案内し、『Pokémon Sleep』単体だけでなく様々な企業と協力をしながら、「睡眠をエンターテインメントの力でより充実したものにするお手伝いをしたいと考えております」とコメントしました。



**ゲストの皆さんがリラックスウエア姿で登場！佐野さんは「冬でも脚を出して寝ています。」とさわやかに回答
眠ることが大好きな福原さんのルーティンも公開！「朝起きてからのスッキリ具合が違います」**

主催挨拶の後、ゲストの佐野さん、福田さん、福原さんがリラックスウエア姿で登場。普段どんな格好で眠りにについているか聞かれると佐野さんは「バスケットをするときのパンツを季節関係なく履いて寝ています。昔からの習慣なので、冬でも脚を出して寝ています」と普段着ているパジャマへのこだわりを語りました。また就寝時に欠かせないアイテムやルーティンについて聞かれると、福原さんは「私はむくみを取るために、眠りにつく少し前に、お尻を壁につけて脚を挙げています。血流を一回よくしてから寝ると朝起きてからのスッキリ具合が違いますね。あとはアロマを焚いたりします。眠ることが大好きすぎるので、大事にして寝ています」と普段のルーティンについてコメント。福田さんは「今年はずすでにプールに2回行くほど、夏は大好きです。ただパジャマで寝たいタイプなので、夏はなかなか寝付けませんよね～」と悩みを打ち明けました。

**ゲストの皆さんがそれぞれの睡眠データを公開 佐野さん「良いスコアを出したくて、たくさん寝ました！」
福原さんのドラマ収録中の“うとうと”な寝顔に 福田さん「かわいいけれど、本当に寝ている・・・？」**

トークセッションが終わったあとは、寝苦しい夏こそ『Pokémon Sleep』を使うと、毎日の睡眠がより楽しくなるということを皆さんに実感していただくために「ねむけパワー対決」「料理レシピ対決」「寝顔図鑑対決」の睡眠3番勝負を行い、松丸さんを審査員にゲスト同士で対決をしていただきました。対決を前に松丸さんは「眠りにまつわるデータが数字で見えるので、自分の睡眠を見直すきっかけになります」と『Pokémon Sleep』の魅力を存分に語っていただきました。

<ねむけパワー対決> 1本目はねむけパワー対決。アプリ内に登場するねむけパワーのスコアで対決していただきました。実際にアプリを使った感想を聞かれると福原さんは「登場するポケモンたちに癒されました」と笑顔で回答。そんな福原さんの睡眠時間が公開されると、共演者の皆様からは「短い！」と驚きの声。その反応を受けて、福原さんは「眠る前に3分ほど深呼吸をすると、満足した眠りにつけます」と短い時間でもしっかりと眠れるコツを語りました。その後、佐野さんが福原さんを上回るスコアを獲得し、ねむけパワー対決は佐野さんが1位に輝く形に。「良いスコアを出したくて、たくさん寝ました！」と笑顔で答える佐野さんに『Pokémon Sleep』で出会いたいポケモンを何うと「伝説のポケモン“エンテイ”に出会いたいです」と真剣な表情でコメントされました。福田さんは自身の睡眠グラフについて「普段は布団に入ったらすぐに寝付ける方なのですが、計測した日はちょうどマットレスを変えた日だったので、寝つきまでに時間がかかっていたのかと思います」とご自身の眠りを分析されていました。

<料理レシピ対決> 2本目は料理レシピ対決。『Pokémon Sleep』に登場する食材を1つ使って、「この夏、良い睡眠をとるために食べたいレシピ」をフリップで発表いただきました。福原さんはワカサ大豆を使った「豆乳そうめん」と答え、トッピングの説明も交えながら夏らしいこだわりメニューを教えてくださいました。福田さんは「あんみんトマトのガスパチョ」、佐野さんは「シチュー」と回答。材料にモーモーミルクを選んだ理由について聞かれると「(自分の)所属するユニット名『MILK』も関連していますし、昔から1日にパック2本を飲むほど牛乳が好きなので選びました」とコメントしました。3名の発表が終わったあと、松丸さんに1番食べたいレシピをお伺いすると「豆乳そうめん」と発表！審査の決め手について「そうめんが夏らしく、さらに福原さんの説明を聞いて、僕も作りたくなりました」とコメントしました。

<寝顔図鑑対決> 最後の対決は寝顔図鑑対決。『Pokémon Sleep』の寝顔図鑑にちなみ、ゲストの方に寝顔写真を披露していただき、かわいさとユニークさで対決していただきました。佐野さんからは幼少期の寝顔。福田さんからはモノマネ番組収録中の合間に撮った寝顔。福原さんからはドラマ収録中に撮った寝顔を披露いただきました。それぞれ寝顔にまつわるエピソードを聞かれると、福原さんは「ちょっとカメラを意識しちゃっていますが（笑）うとうとしている様子です」と寝顔にまつわるエピソードを披露。それに対して福田さんが「かわいいですけど、本当に寝ていたらもっとほっぺが落ちたりしますよね」と笑いながらコメントしました。「とっておきの一枚です！」と意気込みを見せた佐野さんは幼少期の寝顔を披露し、共演者の皆様からも「かわいい！」との感想が口々にこぼれ、会場が笑顔に包まれました。松丸さんは「ここから大人の佐野さんへ“進化”していく、かわいらしい一枚だと思います」と審査のポイントを解説しました。

3番勝負の勝者は佐野さんに。優勝者が発表されると佐野さんは「やった！」と喜びの表情を見せました。また、福原さんは「寝ることがとにかく大好きなので、色々を知ることができてよかったです。『Pokémon Sleep』を通じて自分の体のことも知れると思うので、この夏は皆様にもぜひ楽しんでいただきたいと思います」と笑顔でコメントし、和やかな雰囲気イベントは幕を閉じました。



【『SUMMER SLEEP FEST～夏の睡眠はもっと楽しめる～』 実施概要】

- 日程：2024年7月17日（水）10：00～11：00（受付9：30～）
- 会場：グランドハイアット東京 タラゴン（東京都港区六本木6丁目10-3 3階）
- 登壇者：株式会社ポケモン 代表取締役ＣＯＯ 宇都宮崇人
- ゲスト：佐野勇斗さん（俳優）、3時のヒロイン・福田麻貴さん（芸人）
福原遥さん（俳優・歌手・声優）、松丸亮吾さん（謎解きクリエイター）
- 内容：主催挨拶/ゲストトークセッション/睡眠3番勝負対決/フォトセッション/代表質問

株式会社ポケモンについて

ポケモンのブランドマネジメントを目的として設立。現在では、原点となる「ゲーム」をはじめとして、「カードゲーム」「TVアニメや映画などの映像作品」「グッズ」「タイアッププロモーション」「イベント」「直営店舗であるポケモンセンター」などを展開し、それらすべてをプロデュースしております。

オフィシャル素材について

【各種素材のダウンロード先】 共通パスワード：pokemon
オフィシャル素材につきましてはご用意出来次第の格納となります。

- ▶オフィシャルスチール URL <https://bit.ly/4bCarl5>
- ▶オフィシャルムービー URL <https://bit.ly/3LipdCT>

PRイベント正式名称：『SUMMER SLEEP FEST～夏の睡眠はもっと楽しめる～』

コンテンツ名やタイトル表記について

＜権利表記＞ 本件についての記事化をいただく場合、記事の本文中に1箇所、下記の権利表記をご記載ください。

『Pokémon Sleep』

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

Pokémon Sleep is 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。

■「1周年記念フェスティバル」開催中！

『Pokémon Sleep』では、配信1周年を記念したインゲームイベント「1周年記念フェスティバル」を開催中です。

期間中は、ニャオハ・ホゲータ・クワッスたちと出会いやすく、仲間にしたり育成するための絶好のチャンスです。

さらに、新たに登場する「ドリームギフト」など、イベント内容が盛りだくさん！

ほかにも、7月15日（月・祝）～7月21日（日）の期間中、『Pokémon Sleep』公式サイトおよびゲーム内お知らせにて、『Pokémon Sleep』をもっと楽しめる新情報を毎日7:00に公開いたします。お楽しみに！



「1周年記念フェスティバル」

- ・開催日時：2024年7月15日（月・祝）4:00～7月29日（月）3:59（※）
 - ・睡眠タイプを問わず、ニャオハ・ホゲータ・クワッスたちと多く出会えるチャンスがある！
 - ・特別なミッションを達成すると、ニャオハ・ホゲータ・クワッスの、それぞれのおこうなど、さまざまなどうぐを入手することができる！
- ※日付の切り替わり、イベント開始時間・終了時間は、それぞれユーザーのタイムゾーンに則ります。

詳細な情報は公式サイトの記事よりご確認ください。

<URL> <https://www.pokemonsleep.net/news/313533363332323730343932363331303431/>

コンテンツ名やタイトル表記について

『Pokémon Sleep』

【推奨表記】

『Pokémon Sleep』『ポケモンスリープ』

※英語表記を推奨します。

※「Pokémon」の「é」は必ずアクセントを付けてください。

※「Pokémon」の「P」、「Sleep」の「S」は必ず大文字にしてください。

※「Pokémon」と「Sleep」の間は半角スペースを空けてください。

※タイトルをテキスト表記する際、括弧（なるべく二重かぎ括弧『』）で括り表記してください。

【許容表記】

「ポケモンスリープ」

※「ポケモンスリープ」とする場合、「ポケモン」と「スリープ」の間はスペースを空けず、詰めて記載してください。

【参画企業様】

花王株式会社：「バブ」「めぐりズム」

株式会社マッシュスタイルラボ：「GELATO PIQUE（ジェラートピケ）」

グランド ハイアット 東京：「『ポケモンスリープ』の世界でゆったりとした時間を過ごすようなステイプランとレストランメニュー」

－ 本件に関するお問い合わせ －

『Pokémon Sleep』PR事務局（株式会社 マテリアル内）

TEL：03-5459-5490 / FAX：03-5459-5491 メール：ps@materialpr.jp

担当：中原（070-3877-8168）/ 甲斐（070-7789-2793）