

ぐっすり眠れていますか？

脳波で

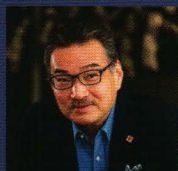
睡眠検査

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。



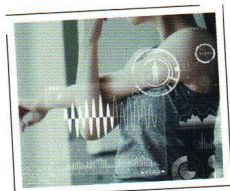
こんな人にオススメ！

睡眠不調は病気と関係



- ✓ 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



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？

検査でわかること



脳のぐっすり度

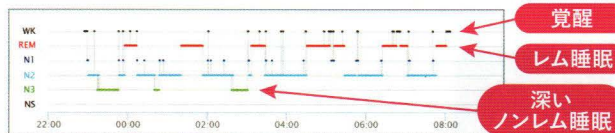
脳波計測により、睡眠の「量」と「質」を高精度に客観評価してスコア表示。脳が眠っている本当の睡眠時間や、睡眠安定度などから、ぐっすり眠れているかがわかります。スコアは翌朝スマホで確認できます。



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。

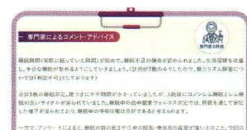


専門家による

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必ずお持ちください。

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		24,750円(税込)	17,600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

検査をご希望の方は、当院のスタッフまでお声かけください。



杏林大学医学部附属杉並病院 予防医学センター

KYORIN UNIVERSITY SUGINAMI HOSPITAL

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!

