SLEEP COMPASS

# 睡眠記録から眠りを見直す

8日間、専用のデバイスを装着し、
毎日の簡単なアンケートに答えるだけ。
パーソナライズされた改善アクションを
レポートでご提案します。

専用の睡眠測定
デバイスをレンタル

8日間の睡眠測定と
Webアンケート回答

睡眠改善のための
Webレポートを確認

## よくある「眠りの悩み」、本気で解決したい方のために

朝スッキリ起きられない

夜中に目が覚めてしまう

寝ても疲れが取れない

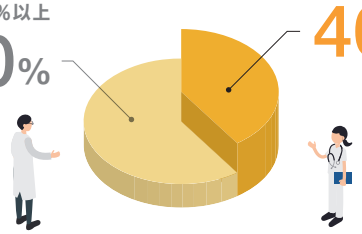
※ウェラブルデバイスは8日間の測定後、ご返却いただきます。
※本サービスの解析結果は、疾病の診断、治療又は予防に使用されることを目的としたものではなく、SLEEP COMPASSは医療機器ではありません。

より良い睡眠を、手に入れるために。

SLEEP COMPASS

睡眠効率85%以上
60%

睡眠効率85%未満
40%



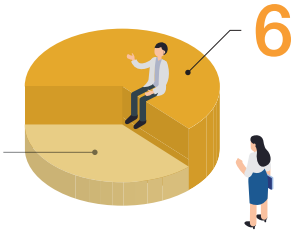
不眠ではないと思っていても...
測定すると **40%が睡眠の質に課題あり**

※アテネ6点未満のうちスリープコンパスのデバイスによる
7日間の平均睡眠効率が85%未満の割合（2025年4月時点）

「眠れているから大丈夫」は、
勘違いかもしれません。

7時間未満の睡眠
37%

7時間未満の睡眠
63%



睡眠時間は十分と思っていても...
測定すると **63%は睡眠不足**

※アテネ「総睡眠時間について」に「十分だった」と回答した方のうちスリープコンパスのデバイスによる7日間の平均睡眠時間が7時間未満の割合（2025年4月時点）

## \ 客観と主観で睡眠を分析し、改善手段を提案 /

### 睡眠グラフで現状把握

デバイスから取得したデータを世界最高レベルの精度を誇る東大発のアルゴリズム※で解析、睡眠グラフを作成します。睡眠の長さ、質、リズムに課題がないかわかります。

※アルゴリズムは非医療機器

### 気になる悩みにアドバイス

あなたの睡眠の悩みに対して、どうしたら眠れるようになるのかアドバイスします。測定結果をもとに、睡眠に最も悪影響を与えている可能性がある行動を推定し、医師監修※のアドバイスを行います。

※虎の門病院 富田康弘先生

### 睡眠時無呼吸症候群リスクがわかる

就寝時に指輪型パルスオキシメーター※を装着し、酸素飽和度を測定。睡眠時無呼吸症候群の可能性を手軽にチェックできます。

※ バインスタ®リング2 VR200
（医療機器 認証番号：306AHBZX00026000）

**検査料金** ※送料込み ※2026年9月時点

¥25,000[税込]

**お申し込み方法**

当院スタッフにお声がけください。ホームページよりご予約の上、ご来院ください

ACCELStars®
〒113-0033 東京都文京区本郷7-3-1 東京大学アントレプレナープラザ205

スリープコンパス 検索