

2023/09/12

NTT東日本グループと「テンシャル製品を用いた従業員の睡眠課題を解決する検証実験」を実施。睡眠起因の経済損失を20万円以上削減※1

2023年8月にNTT東日本と共同で「テンシャル製品を用いた従業員の睡眠課題を解決する検証実験」を実施。問診型Webサービスを用いた睡眠の質、日中の眠気、生産性や働き方・ストレスなどに関する主観的評価と、睡眠計測型デバイスを用いた客観的評価を行い、テンシャル製品の使用前後における睡眠関連指標の変化を測定しました。

健康で前向きな社会の実現を目指し、ウェルネス関連事業を展開する株式会社TENTIAL（所在地：東京都中央区、代表取締役CEO：中西裕太郎、以下「テンシャル」）は、NTT東日本と共同でNTT東日本の従業員を対象とした「テンシャル製品を用いた従業員の睡眠課題を解決する検証実験」を実施いたしました。

検証実験概要

検証目的	リカバリーウェアと入浴剤のセットが従業員の睡眠課題に与える影響
使用製品	テンシャルのリカバリーウェアと入浴剤（10月販売予定）
測定項目	問診型Webサービス(睡眠偏差値 for Biz) スマートフォンアプリ+睡眠計測デバイス（ブレインスリープコイン）
実証人数	NTT東日本の社員30名
対象期間	テンシャル製品利用前後（7日単位、合計14日間）

【このリリースに関する問い合わせ先】 担当：吉本 電話：050-6861-7110（直通）メール：pr@tential.jp

2023/09/12

検証実験結果

睡眠偏差値の全ての項目についてスコアが向上した



検証の結果、テンシタル製品の使用により、主観的評価において「睡眠偏差値」「睡眠の質」がそれぞれ+6.0 pts、+3.8 pts 改善し、全国平均を上回る結果となりました。また、日中の活動の指標となる「日中の眠気」「日中生産性」「ストレス・モチベーション」の項目においても、テンシタル製品使用によりスコアが向上しました。睡眠偏差値をより詳細に分析すると、テンシタル製品の使用により、睡眠偏差値35-40と45-50の従業員の人数が大幅に減少し、睡眠偏差値の全国平均である50を上回る偏差値50-65の従業員の数が増大していることが明らかとなりました。睡眠スコアおよび睡眠偏差値の大幅な改善は、睡眠時間の改善（テンシタル製品の使用により+30分増大）の寄与がある一方、睡眠の質も変化した可能性も考えられます。

【このリリースに関する問い合わせ先】 担当：吉本 電話：050-6861-7110（直通）メール：pr@tentia.jp

2023/09/12

睡眠課題による一人当たりの年間経済損失は46.9万円から24.3万円まで改善。



続いて、睡眠偏差値、睡眠時間を元にした経済損失額の変化についてです。テンシャル製品使用前は1従業員あたり年間46.9万円の損失だったものが、商品使用後には24.3万円まで減少したことから、睡眠不足により1従業員あたりの経済損失を22.6万円改善いたしました。本検証は30名という小規模な検証であるにも関わらず、合計で678万円の経済損失を削減をしたことになります。※1

睡眠計測デバイスによる客観的な睡眠指標においては、睡眠スコア、平均睡眠時間、REM睡眠ステージ3の総時間において改善傾向が示された

TENTIAL

テンシャル製品の使用で、各種の睡眠関連指標で改善の傾向

評価指標 (n=30の平均値)	テンシャル製品 利用前	テンシャル製品 利用後	差分
睡眠スコア	73.8 _{pt}	74.0 _{pt}	+0.14 _{pt} (最初の睡眠下落の改善)
平均睡眠時間	6時間43分	6時間51分	+8.1分
NREM睡眠ステージ3 (深い睡眠)の総時間	50.6分	51.0分	+0.4分 (最後の4日間で線形増加)
中途覚醒	3.9回	3.9回	+0.01回

また、今回は睡眠計測デバイスによる客観的な睡眠評価において、テンシャル製品の使用により睡眠スコア、平均睡眠時間、深い睡眠の指標であるNREM睡眠ステージ3の総時間が改善する傾向が示されました。特徴的な部分として、各項目の日時推移における数値の下落幅が少なくなっていたことから、睡眠自体が安定していることが示唆されました。

以上より、テンシャル製品を用いることで従業員の睡眠課題が改善し、労働生産性の改善にも繋がる可能性が示されました。

※1 睡眠偏差値forBizで測定した睡眠時間の改善度合いから睡眠不足による眠くて仕事が進まない時間等よりNTT東日本にて試算した参考値

【このリリースに関する問い合わせ先】 担当：吉本 電話：050-6861-7110（直通）メール：pr@tential.jp

2023/09/12

NTTDXパートナー ビジネスプランナー 梅田貴大様コメント

今回の実証を通じて、弊社社員による測定の結果、参考値ではあるものの非常に良い結果が出ました。実際に検証に参加した方々は飲食制限や睡眠時間等の制限などは実施せず、いつも通りの生活の中でTENTIAL製品を利用していただくことでより実態に近い結果です。参加者からも今後も利用したい、家族分も購入するなどコメントをいただいております。

NTT東日本グループとして、テクノロジーを使い、これまで取得が困難であったデータを手軽に取得し、より個人々に合わせた睡眠改善ができる社会実現に向け、尽力したいと考えています。

株式会社TENTIAL 執行役員CRO 舟山健太 コメント

人生の1/3は寝ていると言われるほど、睡眠は人々にとって重要であり、日中をエネルギーに過ごすためにも重要な要素となってきます。本検証により、血行促進作用をもつテンシャル製品を用いることで睡眠体験を向上することが示されたことから、より多くの方々により一層安心して信頼していただき、当社製品によって毎日の挑戦を体からサポートできれば幸いです。

株式会社TENTIALについて

テンシャルは「健康に前向きな社会を創り、人類のポテンシャルを引き出す。」をミッションに、ウェルネス関連事業を展開しています。

ウェルネスブランド「TENTIAL」は「SLEEP」「FOOT」「WORK」の3ジャンルで日常からコンディショニングを行う製品を開発・販売しております。ブランド設立から3年半で50を超える製品を販売し、主力製品であるリカバリーウェア「BAKUNE」シリーズは累計20万枚を超える販売実績を記録しました。今後も身体を充電するツールを創出し、生涯を通じて挑戦する人を支えて参ります。

▼会社概要

社名	株式会社TENTIAL
設立	2018年2月
資本金	1億円（2023年2月1日時点）
代表者	代表取締役CEO 中西裕太郎
所在地	〒103-0006 東京都中央区日本橋富沢町7-16 THE GATE 日本橋人形町 6F
コーポレートサイト	https://corp.tential.jp/
事業内容	『TENTIAL』 https://tential.jp/

【このリリースに関する問い合わせ先】 担当：吉本 電話：050-6861-7110（直通）メール：pr@tential.jp