

—インソムノグラフ— ぐっすり脳波検査

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、
客観的に調べます。

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 代表取締役社長

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。



この検査にはスマートフォンが必要です。
お申込み、検査、結果のお受け取りまでお持ちのスマートフォンをご使用いただきます。

こんな人にオススメ!

- ✓ぐっすり眠れた気がしない
- ✓日中、イライラする・落ち込む
- ✓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
- ✓ダイエットが成功しない



睡眠不調は病気と関係

睡眠不足と関係



肥満



糖尿病

脳が眠れている
時間は十分?

レム睡眠と関係



認知症



糖尿病

レム睡眠は十分
に取れてる?

不眠と関係



うつ病



心疾患

眠れないを
放置していない?

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。



※当検査は睡眠時無呼吸症候群の確定診断にはなりません。

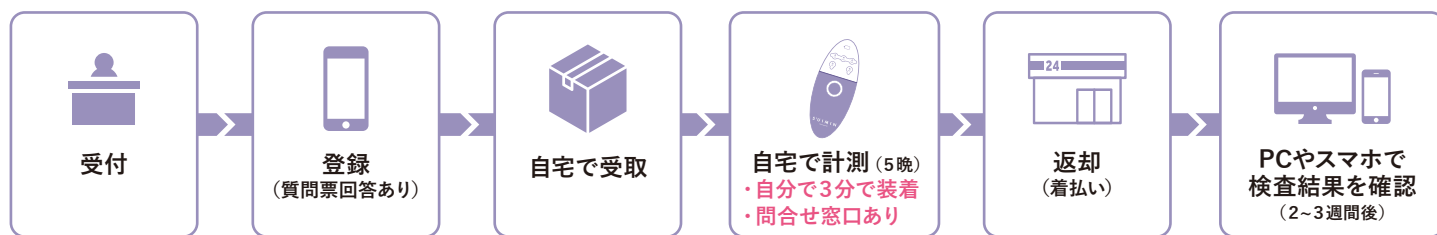
専門家による
睡眠改善アドバイス



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



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)

迷ったら
まずこちら!

無料

かんたん
睡眠チェック

スマホで3分、無料!
簡単な質問に答えて、あなたの睡眠をチェック!
検査オススメ度もわかります。
自分の睡眠について、まずは簡単にチェックしてみませんか?
右のQRコードから、専用サイトにアクセスください。

かんたん
睡眠チェック



今メディア
で大注目!

NHK 「おはよう日本」「NHK NEWS」
日本テレビ 「カズレーザーと学ぶ。」「世界一受けたい授業」
テレビ朝日 「林修の今知りたいでしょ!」
TBSテレビ 「ニュースキャスター」「サンデージャポン」
BS11+ 「報道ライブ インサイド OUT」

日本経済新聞
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」
など

検査費用
申込方法

24,200円 (税込)

事前はお電話またはホームページの申込専用フォーム、当日は受付時にお申し込みください。

公益財団法人筑波メディカルセンター つくば総合健診センター

お問い合わせ 〒305-0005 茨城県つくば市天久保1丁目2番地
受付時間:月曜日~金曜日 8:30~16:30
休館日:土曜日・日曜日・祝日・別途当施設が定める日
つくば総合健診センター HP: <https://www.tmch.or.jp/kensin/index.html>