

島田紗樹 西川産業株式会社 R&D室／日本睡眠科学研究所

(2010年度 準1級合格)

私は現在、寝具メーカーで寝具・寝装品の開発に携わっており、日々、寝具の素材や機能性について研究しております。より快適で健康な眠りが得られる寝具を開発するには「どんな環境であれば眠りやすいのか」、そして「眠りとは何か」を考える必要があります。つまり寝具を利用するヒトにとってどのような影響があるのかという視点が大切です。

この「ヒトにとって」ということに興味を持ったのは大学で生理人類学について学んだことがきっかけです。生理人類学についてさらに幅広く学びたいと思い大学3年生のときに生理人類士2級、4年生のときに準1級を受けました。就職活動の面接では生理人類士の資格について聞かれることが多かったのが印象に残っており、この資格を通して自分がやりたいことをアピールするよいきっかけになりました。

近年では生活環境の変化などにより睡眠のとり方も変化してきました。最近では2014年3月に健康づくりのための睡眠指針（睡眠12箇条）が厚生労働省から発表されるなど眠りに対する関心が高まっております。同時に寝具への関心も高まっており、寝具を紹介するうえで、お客様からは生理人類学的視点に基づいた説明を求められることも増えております。これからも、生活環境が変化する中で、生理人類学の知識を活かし研究開発に従事していきたいと思っております。