

報道関係各位

## 株式会社Ambiが北海道大学と北海道日本ハムファイターズ所属選手の睡眠活動に関する共同研究を推進

北海道発のスタートアップ企業である株式会社Ambi（所在地：北海道札幌市、以下「Ambi」）は、株式会社北海道日本ハムファイターズ（所在地：北海道北広島市、以下「ファイターズ」）の協力を得て、北海道大学大学院教育学研究院ならびに北海道大学病院（所在地：北海道札幌市、以下「北海道大学」）と、ファイターズ所属選手の睡眠活動改善に関する共同研究を2022年6月より開始し、選手のパフォーマンス向上を目指す取り組みを推進しております。

### <プロジェクト実施の背景>

共同研究にあたって

Ambiは2022年より、時間生物学を専門領域とする北海道大学大学院教育学研究院の山仲勇二郎准教授の研究室と、デジタルヘルス及びスポーツ医学を専門領域とする、北海道大学病院の横田卓特任講師とともに、ファイターズ所属選手の睡眠活動改善に関する共同研究を推進しています。本研究は、野球選手の日頃の睡眠活動に着目し、指輪型スマートウェアラブルデバイス ÖURA Ring（以下「ÖURA Ring」）による睡眠状態の可視化を切り口に、選手のパフォーマンス向上に繋がる研究に挑戦することを重視しています。

### <プロジェクト内容>

Ambiがファイターズ所属選手にÖURA Ringを提供し、使用した選手の睡眠の量や質、日々のアクティビティに関するデータを収集します。山仲准教授の研究室による分析を踏まえ、選手たち個人への睡眠活動ならびに、ファイターズが取り組み可能な、チーム全体への睡眠サポートに必要な改善アクションの提示を行います。

### 【ファイターズからのコメント】



プロ野球の長いシーズンを戦う上で、選手の疲労回復や身体作りといったコンディショニングを整える手段として睡眠が果たす役割は大きく、ファイターズではあらためてその重要性に注目しています。

弊球団では、球団外部の各種専門家のご助力をいただきながら、選手のコンディショニングを高める活動に積極的に取り組んでまいります。

### 【山仲准教授からのコメント】



質のよい睡眠をとることは、心身の健康を維持するうえで不可欠な生活習慣です。十分な睡眠をとることが困難な状態が習慣化することは、スポーツパフォーマンスを低下させ、ケガのリスクを高めることが指摘されており、適切な生活リズム、睡眠環境を整えることに加え、カラダに備わった体内時計を調節することが重要です。

プロ野球選手は異なる試合開始時刻、航空機等での長距離移動を繰り返しながらシーズンを通じて多くの試合を行うことが求められます。プロ野球の試合スケジュールは、質のよい睡眠をとることが難しい状態にあると推測さ

れます。今回の共同研究はプロ野球選手の睡眠・からだのリズム・パフォーマンスの関係性について、その実態を明らかにすると共に、睡眠・体内時計の専門家として共同研究チームのメンバーと共に選手のコンディショニング調整をサポートしていきます。

#### 【Ambi代表取締役金原より】

弊社は、睡眠と運動の価値に注目して、あらゆる人びとが人生そのものの質（Quality of Life）を高められるようにすることをビジョンに掲げて活動しています。ファイターズの選手一人ひとりの睡眠改善への貢献を通し、今後チームを応援する北海道、ひいては日本全国のファンの皆様にも、毎日の睡眠の大切さに気づくプロジェクトになればと考えています。

<株式会社Ambiについて>

# ambi

株式会社 Ambi は、北海道発のスタートアップです。人びとの健康やウェルビーイング（Well-being）の達成を誰もがもっと身近に、まずはたのしく体験できるように、わたしたちはファンビーイング（Fun-being）の実現をテーマに睡眠やスポーツを中心にした事業を展開しています。

会社名：株式会社 Ambi

住所：北海道札幌市中央区大通西 1-14-2 桂和大通ビル 50 9F

設立：2022 年 4月

ウェブサイト：<https://ambi.jp>

---

Ambiのプレスリリース一覧

[https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company\\_id/111488](https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/111488)

問い合わせ先

北海道大学大学院教育学研究院 准教授 山仲勇二郎（やまなかゆうじろう）

T E L 011-706-3077 F A X 011-706-3077 メール [y-yu2ro@edu.hokudai.ac.jp](mailto:y-yu2ro@edu.hokudai.ac.jp)

U R L <http://yamanaka-lab.wixsite.com/chronobiology>