

「ラジオからより良い寝室環境つくりと寝具の選び方、メンテナンスをリスナーに啓蒙」

短時間で広く睡眠や寝具の情報を与えることが可能なラジオの情報番組に、協会の指導士代表として出演し「その季節ごとに快適睡眠に適した寝室環境を整えることや、理想の寝具選びについて」パーソナリティとのやり取りを通じリスナーに少しでも有意義な情報を与える活動を行った。

① 2023年8月1日 エフエム放送局（甲州、静岡地区中心）午前11時から約10分間

テーマ＜ヘルス&ウエルビーイング：美と健康そして心が幸福になる情報の紹介＞

（内容）

「夏のより快眠を誘う寝室環境」「エアコンの有効利用」

「夏の環境下での最適寝具のご案内」「売れている商品の情報」

「快眠のための寝具選びについて」

夏の時期の寝室環境をどう整え、快眠に繋がる寝具選びまでをアドバイス。

特に体にまとわりつきにくい凹凸感のある素材やエアコンと併用してご使用になる商材などのご提案。今売れているまくら、マットレスの情報、寝具のメンテナンス情報などをリスナーに広くお伝えした。

② 2023年9月22日 エフエム放送局（北海道全域キー局）午後3時から約15分間

テーマ＜眠れない＞暑かった夏の疲れが出てくるこの時期、眠りたくても眠れない。

睡眠の重要性と最近の寝具事情、良質な睡眠に結び付ける寝具選びの紹介

（内容）

「日本寝具寝装品協会の活動内容」「睡眠の重要性とは」

「最近の寝具事情」「良質な睡眠を支える寝具とは」

「今自宅にあるものでよい睡眠に近づける方法」「ふとんや寝具のお手入れ方法」

「よく眠るためのアドバイス」

これから秋に向けて北海道地方にお住まいの方に、睡眠の重要性、疲れた身体を休める良質な寝具についての紹介や選び方のアドバイスを行う。

また寝具のお手入れ方法もお伝えして、お手入れ方法の仕方で睡眠にも影響があることを広くリスナーにお伝えした。

◆ラジオ出演は経費が掛からず、広くリスナーに睡眠環境やメカニズムについての質問にお答えできる。また協会の活動にも触れていただき、寝具業界の最新事情、最近売れている商品情報、寝具のお手入れやお買い替え時期の提案等、消費者啓蒙が広きに可能である。