

## 「都市型観光」「健康」をテーマに コーヒーを活用したまちづくりを推進 「コーヒーウエルネスプロジェクト」2019年3月よりスタート

NPO まちづくり大井(事務局:品川区、理事長 神戸三元)は、ネスレ日本株式会社(本社:神戸市、代表取締役 社長兼 CEO 高岡 浩三、以下「ネスレ」と協働で、都市型観光と健康をテーマに、コーヒーを活用して魅力的な街づくりを目指す「コーヒーウエルネスプロジェクト」をスタートします。



写真:「ネスカフェ 睡眠カフェ」店内

### ■プロジェクトの目的

品川区の中心街区である大井町において、大井町駅周辺地区のまちづくりを担う NPO まちづくり大井は、品川区が掲げる「都市型観光プラン」や「しながわ健康プラン 21」(※参考資料)に基づき、大井町駅周辺地域の更なる発展を目指した「ウエルネスをテーマとしたまちづくり企画」を立ち上げます。

その一環として、ネスレと協働でスタートする「コーヒーウエルネスプロジェクト」では、コーヒーを活用し、「繰り返し訪れて楽しいまちづくり」を推進する取り組みや、大井町の住民・大井町への来訪者の健康に焦点を当てた取り組みを行ってまいります。

### ■プロジェクトの取組み概要

#### (1) 「ネスカフェ 睡眠カフェ」フラッグシップ店舗のオープン

ネスレは、日本人の「睡眠不足」の問題解決の一助となるライフスタイルをご提案することを目的に「ネスカフェ 睡眠カフェ」フラッグシップ店舗の常時営業を大井町で開始します(※参考資料)。これまでに 3 回期間限定でオープンし、大きな話題となった「ネスカフェ 睡眠カフェ」は、地域住民の方だけではなく、ビジネスパーソンや観光客など、地域外の方にもご利用いただける大井町の新たな観光スポットとして、大井町への来訪者を増やす場としていくことを目指します。

#### (2) 「ネスカフェ 睡眠カフェ」サテライト店舗のオープン

フラッグシップ店舗に加え、「ネスカフェ 睡眠カフェ」が提供するコーヒーナップ(※参考資料)を体験できるサテライト店舗を、大井町の飲食店・企業・施設と連携し、今後順次オープンします。日中に理想的な仮眠をとっていただける場を大井町の様々な場所に設けることで、質の高い仮眠体験による健康的なライフスタイルを提案します。

#### (3) 大井町の地元カフェ・飲食店参加イベントの開催

大井町のカフェや飲食店と連携し、各店自慢のコーヒーを地域住民や地域外の方に味わっていただくコーヒー試飲イベントを開催します。イベント終了後にイベント参加店舗でご利用いただける特典やキャンペーンも準備することで、地域住民・地域外の方による、大井町のカフェ・飲食店の利用促進を目指すとともに、健康的な生活をサポートする上でネスレが推奨する「1日3杯のコーヒー習慣」(※参考資料)を取り入れるライフスタイルを提案します。

## 参考資料

### ■NPOまちづくり大井

- (1)名称 特定非営利活動法人まちづくり大井
- (2)主な事業内容 品川区大井地域の総合的な地域活性化
- (3)設立年月日 2008年9月
- (4)本店所在地 品川区東大井5-5-10
- (5)代表者 理事長 神戸三元

### ■ネスレ日本株式会社 概要

- (1)名称 ネスレ日本株式会社
- (2)主な事業内容 食品、飲料、ペットフード等の製造・販売
- (3)設立年月日 昭和8年6月
- (4)本店所在地 神戸市中央区御幸通7-1-15
- (5)代表者 代表取締役社長 兼 CEO 高岡 浩三

### ■「都市型観光プラン」

“繰り返し訪れて楽しいまち しながわ”をコンセプトとして、日常生活環境に着目した官民連携による都市型観光を推進して行きます。今後の課題としては、「水辺環境を活かした観光の充実」、「まち歩き観光の更なる充実」や「観光に関わる様々な連携強化」などが挙げられます。

### ■「しながわ健康プラン 2」

「みんなで築く健康・福祉都市」を基本理念として、①区民の主体的な健康づくりへの支援 ②地域での健康づくりの推進 ③対象を明確にした健康づくりへの支援 ④正しい食生活と食への理解促進の4つの基本目標を掲げて、具体的な活動を推進していきます。

### ■「ネスカフェ 睡眠カフェ」フラッグシップ店舗

ネスレが、日本人の睡眠不足や睡眠負債に注目し、コーヒーの飲み分けを通じて新しい睡眠スタイルを提案する体験型カフェです。2019年3月6日(水)より東京・大井町にオープンし、常時営業を開始します。

プレスリリース：[https://www.nestle.co.jp/media/pressreleases/allpressreleases/documents/20190218\\_nescafe.pdf](https://www.nestle.co.jp/media/pressreleases/allpressreleases/documents/20190218_nescafe.pdf)

### ■コーヒーナップ

15分程度の短い仮眠の前にカフェインを含むコーヒーを飲む仮眠スタイルです。私たちには、脳の働きを回復するために睡眠が必要です。眠気は日中にも起こり、仮眠をとることは眠気を飛ばすのに有効ですが、長い仮眠は目覚めた後も眠気が残り、仮眠後の活動時間帯のパフォーマンスにプラスに働きません。そこで、15分程度の短い仮眠が有効とされています。さらに、その短い仮眠の前にコーヒーを飲むことにより、ちょうど起きた頃にカフェインでシャキッと、その後のパフォーマンスに役立つと言われています。

### ■「1日3杯のコーヒー習慣」

日本をはじめ世界では、活性酸素と戦うポリフェノールが豊富に含まれるコーヒーと健康に関する様々な研究報告が発信されています。

ポリフェノールとは、植物が活性酸素と戦うために作り出す物質です。

一般的にコーヒー、抹茶、紅茶、ココアなどの飲料や、チョコレート類などの様々な食品に含まれていますが、実はコーヒーには赤ワインと同じくらいたくさんのポリフェノールが含まれています。コーヒーのポリフェノール(クロロゲン酸類など)は、コーヒーを飲んだから30分後から1時間後に吸収がはじまりますが、その後は時間の経過とともに徐々に体外へ排出されてしまいます。

水分補給にもなるコーヒーを毎日の生活リズムに合わせて小まめに継続的に飲むことは、ポリフェノールの賢い摂り方という点でもプラスです。

こうした背景を受けネスレは、日常生活において皆様のライフスタイルに合わせて1日3杯のコーヒーを飲んでいただく習慣による健康維持をサポートします。

