

会員様同士の活発な情報交換のために、月に1回お届けしております。

++ CONTENTS ++-+-+--+

- [1] クラブ会員からお知らせ
- [2] 彩都ヒルズクラブからのご案内
- [3] 助言機関からのお知らせ
- [4] 公募・募集情報
- [5] イベント・セミナーのお知らせ
- [6] 編集後記

▼△▼△—————

- [1] クラブ会員からお知らせ

一般財団法人滋賀保健研究センター 北大阪営業所所長の松橋です。

彩都ヒルズクラブ会員の皆様には平素より格別のご高配を賜り厚くお礼申し上げます。

今回は、弊財団管理栄養士の健康コラム（弊財団機関紙より）をご紹介します。

『睡眠の質を高めよう！』

まだまだ暑い日が続いていますね。なかなか寝付けず睡眠不足を感じる方も多いのではないのでしょうか。慢性的な睡眠不足は、作業能率や判断力の低下、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病になりやすいことがわかってきています。そこで、睡眠の質を上げるポイントについてお伝えします。

◆適度な運動を行いましょう◆

普段から運動習慣のある人は、運動習慣のない人よりも睡眠が深く、良質な睡眠をとっているといわれています。就床3時間前に汗ばむ程度に運動を行うことがおすすめです。ただし、激しい運動はかえって睡眠を妨げる可能性があるため、負担が少なく長続きできるような有酸素運動（ウォーキングなど）を行いましょう。暑い時期には無理せず、体調が悪い時の運動は控えてください。

◆就寝前の喫煙やカフェイン摂取を避けましょう◆

タバコの成分の1つであるニコチンは覚醒作用があり、就寝前に喫煙すると眠れなくなります。また、喫煙は睡眠時無呼吸症候群など他の疾患を発症する危険性を高めます。禁煙するのが一番ですが、まずは就寝前の喫煙を控えましょう。

カフェインは、コーヒー、緑茶、栄養ドリンク、エナジードリンクなどに含まれています。

カフェインには睡眠中枢に關与する「アデノシン」の作用を妨害する働きがあります。

カフェインは利尿作用があり、夜中に尿意で目が覚めることにつながります。

就寝3～4時間前は控えるようにしましょう。

◆うっすら汗ばむ程度に入浴しましょう◆

体温は睡眠と深い関係があります。入浴によって体温を上昇させると、その後深部体温が下がり、スムーズに就寝できます。就寝の約1.5時間前に40度程度のぬるめの湯船に浸かりましょう。42度以上のお湯に浸かると、かえって入眠が妨げられることがあるので注意しましょう。

◆長すぎる昼寝は控えましょう◆

仕事や生活上の都合で、夜に必要な睡眠時間を確保できなかった場合、昼寝が作業能率を高めるといわれています。昼寝のタイミングは、昼食後から 15 時までの間の 30 分以内が望ましいです。ただし、必要以上に長く寝すぎると、夜中に目が覚めやすく熟眠感も減ってしまいます。

◆眠気を感じてから寝床に入り、起きる時間は一定にしましょう◆

眠ろうとする意気込みや、眠れないのではないかと不安は脳の覚醒を促進し、入眠を遠ざけます。就寝時刻は多少前後しても気にしないようにしましょう。代わりに起床時間はできる限り一定にし、朝日を浴びて朝食を摂りましょう。明るい光を浴びることで、体内時計がリセットされ、睡眠に関するホルモンである「メラトニン」の分泌リズムを整えることができます。

◆腸内環境を整えましょう◆

睡眠ホルモンのメラトニンを増やすには、メラトニンの元となるセロトニンがしっかりと働くことが重要です。セロトニンのほとんどは腸内で生産されます。腸内環境を良くするために、発酵食品や食物繊維を日頃から意識して摂取しましょう。

会員様の活動報告を本メルマガに掲載させていただく事が可能です。

ご希望の会員様は会員企業様の宣伝広告を含めた活動内容等（事業提携の希望や新製品の開発や販売）を 500～1,000 字程度でご紹介いたします。

ルールは「他社の誹謗中傷はしない」、「公序良俗には反しない」だけです。

ご希望の方は事務局までご連絡ください。

事務局 連絡先:info@saitohills.com

▼△▼△

[2] 彩都ヒルズクラブからのご案内

●第 225 回 彩都バイオサイエンスセミナー【予告】●

11 月 15 日（金）開催予定

中小企業やライフサイエンス企業にこそ、DX 改革を！

最先端の社会共創推進拠点 立命館大学大阪いばらきキャンパス新棟の施設見学会（仮）

自社の業務改善や新しい事業に取り組みたいけれど、AI やデジタルの進歩についていけないとお悩みの皆様に必見です！

今回は、立命館大学大阪いばらきキャンパスに新しくできた H 棟の見学会を開催いたします。立命館では、社会共創推進本部が設置され、政府・自治体、産業界や地域社会、世界の大学や研究機関とも連携した社会課題の発見・解決、新しい価値の創出に向けた教育・研究に取り組んでいます。自社の課題を大学と共有して解決し、新しい挑戦をしてみませんか？

そして、「Microsoft Base」で最先端の情報を掴み、DX 改革の知識とアイデアを取り入れましょう！

*詳細が決定しましたら、お知らせいたします。

●2024 年度彩都ヒルズクラブ健康診断●

（健診機関：一般財団法人滋賀保健研究センター）

ご関心のある会員様は下記までお問い合わせください。

【実施日】11月8日（金）、11月22日（金）

【場 所】彩都バイオヒルズセンター

【締 切】9月20日（金）

【詳 細】彩都ヒルズクラブ事務局（clubrenraku@saitohills.com）までお問合せ下さい。

▼△▼△

[3] 助言機関からのお知らせ

大阪府 商工労働部

【大阪・関西万博】バーチャル大阪パビリオン（*1）に出展する中小企業等を2次募集（*2）します！

～若者にあなたの会社の魅力を発信するチャンス！

バーチャルだからこそ、24時間、世界に向けて情報発信可能～

詳細及び応募方法は下記のURLをご確認ください。

<https://www.pref.osaka.lg.jp/o110010/shokosomu/miraimeguri/index.html>

*1:「バーチャル大阪パビリオン」は、スマートフォン向けメタバース「REALITY」をプラットフォームとしたバーチャル空間です。

*2: 出展企業数が集まり次第、終了予定となりますのでご注意ください。

<出展料>

一律10万円（消費税、地方消費税別）

※展示コンテンツに係る費用は、各出展企業負担

<出展メリット>

○ 貴社の製品、技術やサービス等の「ミライの姿」をZ世代等、若年層を中心とする世界中の人々に発信することができます！

※大阪府等においても、特に府内の高校生や専門学校生等の若年層に対して出展企業の情報を発信します。

・府内高校（府立私立）：約22万人

・専修学校：約7万人

・大阪公立大学（高専含む）：約1.6万人

○ 出展を通じて大阪の中小企業等が持つ知恵と技術力を結集させることで、新たな共創や人材確保など多様な可能性につながります！

<プラットフォーム>

○「REALITY」は、スマートフォン1つで自分だけのオリジナルアバターを作成し、ライブ配信による交流からゲームまで楽しめるコミュニケーションプラットフォームで、累計ダウンロード数は1,500万を突破しており、Z世代の若年層を中心とする世界中のユーザーに利用されています。

<展示コンテンツ>

・バーチャル空間において、サイネージ型の展示スペースが各出展企業に1つ割り当てられます。

・展示コンテンツは、「画像」・「動画」・「テキスト」の3点を予定しています。

※展示コンテンツの組み合わせはこの3点の他に、「画像」・「テキスト」の2点とすることも可能です。

大阪・関西万博に参加するチャンスです！

皆様のご応募をお待ちしております！まだ、応募間に合います！



[4] 公募・募集情報

▼NEDO

・「競争的な水素サプライチェーン構築に向けた技術開発事業／総合調査研究／液化水素用設備に対するステンレス鋼鋳鋼品の適用可能性調査」に係る公募について

[期間] ～2024年9月20日（金）正午

[詳細] https://www.nedo.go.jp/koubo/SE2_100001_00092.html

・「グリーンイノベーション基金事業／CO2等を用いたプラスチック原料製造技術開発に関する情報収集等調査（2024年度）」に係る公募について

[期間] ～2024年9月30日（月）正午

[詳細] https://www.nedo.go.jp/koubo/EF2_100227.html

・2024年度「ディープテック・スタートアップ支援基金／国際共同研究開発」に係る公募について

[期間] 2024年12月4日正午（日本時間）

[詳細] https://www.nedo.go.jp/koubo/AT092_100239.html

▼AMED

・令和6年度「創薬ベンチャーエコシステム強化事業（創薬ベンチャー公募）」に係る公募（第6回）について

[期間] 令和6年9月20日（金）正午【厳守】

[詳細] https://www.amed.go.jp/koubo/19/02/1902B_00056.html

・創薬支援推進事業・創薬総合支援事業（創薬ブースター）へのシーズ提案のご案内について

[期間] 令和6年秋のシーズ提案書とりまとめ日：令和6年9月20日（金）

[詳細] <https://www.amed.go.jp/news/program/booster.html>

・令和6年度「創薬基盤推進研究事業」に係る公募（3次公募）について

[期間] 令和6年9月24日（火）正午【厳守】

[詳細] https://www.amed.go.jp/koubo/11/01/1101B_00055.html

・令和6年度「地球規模保健課題解決推進のための研究事業」に係る公募（2次）について

[期間] 令和6年10月2日（水）17時00分 日本時間（e-Rad）

[詳細] https://www.amed.go.jp/koubo/20/01/2001B_00097.html

・令和7年度「医療分野国際科学技術共同研究開発推進事業（先端国際共同研究推進プログラム（ASPIRE）」

に係る公募

（第4回）（日・フランス共同研究）について

[期間] 令和6年10月3日（木） 17時00分 日本時間（e-Rad）

※フランス側公募締切時間（同日17時00分（CEST））は、日本側と時差があることにご留意ください。

[詳細] https://www.amed.go.jp/koubo/20/01/2001B_00089.html

・令和7年度「医療分野国際科学技術共同研究開発推進事業（地球規模課題対応国際科学技術協力プログラム SATREPS）」に係る公募について

[期間] 令和6年10月21日（月） 正午（日本時間）

[詳細] https://www.amed.go.jp/koubo/20/01/2001B_00096.html

・創薬ブースター導出テーマを対象とした希少疾病用医薬品指定前実用化支援事業の公募

[期間] 通年（評価は年3回（①5月末、②11月末、③2月末）取りまとめて行います。）

[詳細] https://www.amed.go.jp/program/list/11/02/001_01-01_tt_list.html#kobo

▼JST

・NEXUS 2024年度 日本－シンガポール「AI」国際共同研究公募

[期間] 2024年9月30日（月）13時（日本時間）

[詳細] <https://www.jst.go.jp/aspire/nexus/koubo/country/singapore.html>

・次世代研究者挑戦的研究プログラム（SPRING） 令和7年度公募

[期間] 令和6年9月30日（月）正午

[詳細] <https://www.jst.go.jp/jisedai/spring/call/index.html>

・創発的研究支援事業

[期間] 2024年10月10日（木）午前12:00（正午）（厳守）

[詳細] <https://www.jst.go.jp/souhatsu/call/index.html>

・早暁プログラム

[期間] ～10月31日（木）正午

[詳細] <https://www.jst.go.jp/program/startupkikin/sogyo-sp/>

・SATREPS 地球規模課題対応国際科学技術協力プログラム

[期間] ～10月21日（月）正午（日本時間）

[詳細] <https://www.jst.go.jp/global/koubo/index.html>

・2024年ベルモント・フォーラム CRA（共同研究活動）課題募集のお知らせ Tropical Forests（熱帯林の世界的な影響と緊急の行動）

[期間] 事前提案締切（BFgo）：2024年11月12日（火）

事前提案締切（e-Rad）：2024年11月13日（水）09:00（JST）

最終提案締切（BFgo）：2025年5月30日（金）

[詳細]

https://www.jst.go.jp/inter/program/announce/announce_belmont_forests2024.html

・2024 年ベルモント・フォーラム CRA（共同研究活動）課題募集のお知らせ「Driving Urban Transitions Circular Urban Economies（DUT 循環型都市経済）」

[期間] 事前提案〆切（UDiManager）：2024 年 11 月 14 日（木）

事前提案〆切（e-Rad）：2024 年 11 月 15 日（金） 09:00（JST）

最終提案締切（UDiManager）：2025 年 4 月 24 日（木）

[詳細]

https://www.jst.go.jp/inter/program/announce/announce_belmont_dutcue2024.html

・日本（JST）－ニュージーランド（MBIE）防災分野「減災・災害対応・復興」領域共同研究課題募集のお知らせ

[期間] 2024 年 10 月 2 日（水）正午（日本時間）、16 時（ニュージーランド時間）

[詳細] https://www.jst.go.jp/inter/program/announce/announce_nz2024.html

・2024 年度 実装支援（返済型）の募集概要

[期間] ～2025 年 3 月 31 日（月）正午まで

[詳細] <https://www.jst.go.jp/a-step/koubo/hensai.html>

▼大阪府

・令和 6 年度エネルギー産業創出促進事業補助金「事業化調査検討支援」の公募について

[期間] ～令和 6 年 12 月 27 日（金曜日）または補助金交付決定額の総額が予算額に達するまで

[詳細] <https://www.pref.osaka.lg.jp/o110020/energy/tyousakentou/index.html>

・万博 TDM パートナー登録企業募集

万博期間中の一般交通の抑制や分散、平準化の取組にご協力いただける企業を募集しています。

[期間] 2025 年 10 月 13 日（月）まで

[詳細] <https://www.city.osaka.lg.jp/banpakusuishin/page/0000618137.html>

▼経済産業省

・ものづくり日本大賞

[期間] ～10 月 15 日（火）

[詳細] <https://www.kansai.meti.go.jp/3-5sangyo/monozukuri/index2.html>

▼厚生労働省

・令和 6 年度業務改善助成金

[期間] ：～2024 年 12 月 27 日

[詳細] <https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/001222481.pdf>

▼特許庁

・令和 6 年度中小企業等海外展開支援事業費補助金（海外出願支援事業）

[詳細] https://www.jpo.go.jp/support/chusho/shien_gaikokusyutugan.html

▼三菱 UFJ 技術育成財団

- ・ 研究開発助成金

[期間] 2024 年 9 月 20 日～10 月 20 日

[詳細] <https://www.mutech.or.jp/subsidy/>

▼茨木市

- ・ EC サイト活用等支援補助金

[期間] ～令和 7 年 3 月 31 日

[詳細] <https://www.city.ibaraki.osaka.jp/material/files/group/37/R6-ECsitechirashi.pdf>

▼国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所

- ・ 令和 6 年度 希少疾病用医薬品等試験研究助成事業

[期間] 年度途中の申請：令和 6 年 11 月 1 日（金）から令和 7 年 1 月 7 日（火）まで

[詳細] <https://www.nibiohn.go.jp/information/nibio/2024/09/009288.html>

- ・ 令和 6 年度 特定用途医薬品等試験研究助成事業

[期間] 年度途中の申請：令和 6 年 11 月 1 日（金）から令和 7 年 1 月 7 日（火）まで

[詳細] <https://www.nibiohn.go.jp/information/nibio/2024/09/009287.html>

▼△▼△

[5] イベント・セミナーのお知らせ

◆◆◆◆ 会員様からのご案内 ◆◆◆◆

▼バイオ・サイト・キャピタル株式会社

●求人募集●

新しいことに挑戦する意欲のある方で、頭が柔らかく事務処理能力、コミュニケーション能力、来客・対人対応に長け、人間的総合力のある方を求めています。

弊社もまだベンチャー企業です。様々な業務を担当していただく事になりますので、バイタリティのある方を望みます。

[詳細] <https://www.bs-capital.co.jp/recruit>

◆◆◆◆ その他のイベント・セミナー等 ◆◆◆◆

※いずれのイベントも今後の状況によっては中止・延期となる可能性がありますので、予めご了承ください。

●第 12 回 明日のビジネスを担う女性たちの交流会 in 大阪

[日 時] 2024 年 9 月 19 日（木）15：00～16：30

[場 所] オンライン(zoom)

[詳 細] <https://www.osaka.cci.or.jp/event/seminar/202405/D27240508011.html>

●メタボロミクスの有用性

～次世代医療、バイオ・食品開発の鍵を握る代謝物分析のいま～

[日 時] 2024 年 9 月 20 日 (金) 16:00～17:30

[場 所] 健都イノベーションパーク NK ビル 1F ク・ラスターラウンジ

[詳 細]

https://lp.krp.co.jp/tkl_event_input_20240920.html?utm_source=kpia&utm_medium=mail&utm_campaign=metabolomics

●JEITA2024 技術セミナー「AI とロボティクスで社会を変える、DX の実践と展望。」

[日 時] 9 月 20 日 (金) 午後 1 時から午後 4 時 20 分まで

[場 所] 毎日新聞ビル うめだ M ホール

*ハイブリッド開催

[詳 細] <https://www.jeita.or.jp/japanese/exhibit/2024/0920.pdf>

●労務トラブル対策セミナー2024

[日 時] 2024 年 9 月 25 日 (水) 14:00 ～ 16:00

[場 所] あいおいニッセイ同和損保フェニックスタワー 16 階会議室

[詳 細] <https://www.osaka.cci.or.jp/event/seminar/202408/D15240807012.html>

●「中小企業・スタートアップのための“海外展示会”の魅力と成功の秘訣」セミナー

[日 時] 2024 年 9 月 27 日 (金) 11:00～12:00

[場 所] オンライン (Zoom ウェビナー)

[詳 細] <https://www.osaka.cci.or.jp/event/seminar/202409/D11240904010.html>

●未来の医療プレ EXPO

[日 時] 令和 6 年 9 月 27 日 (金曜日) 午前 10 時から午後 5 時

[対 象] 在関西総領事館等関係者 (総領事等、領事商務担当など) のほか、
医療機器・デジタルヘルス・創薬・未来医療周辺産業関係者など

[場 所] コングレスクエア大阪中之島 (Nakanoshima Qross 1 階)

[詳 細] https://www.pref.osaka.lg.jp/hodo/fumin/o110040/prs_50935.html

●「いのち輝く未来社会」を実現するジェンダード・イノベーション

女性医師活躍を支える医療機器の共創カンファレンス

[日 時] 9 月 30 日 (月) 午後 1 時 30 分から午後 5 時 15 分まで

[場 所] 大阪商工会議所 7 階 国際会議ホール

[詳 細] <https://www.osaka.cci.or.jp/event/seminar/202407/D23240710010.html>

●「ライブセッション in 再生医療」(全 4 回)

[日 時] ※各回、14:00～16:30 の開催。

第 1 回: 9 月 27 日 (金)

第 2 回: 10 月 25 日 (金)

第 3 回: 11 月 19 日 (火)

第4回：12月13日（金）

〔場 所〕 京都大学医生物学研究所 会議室

〔詳 細〕 <https://www.kansai.meti.go.jp/2-4bio/KRIC/livesession2024.html>

●KYOTO LIFE SCIENCE STARTUP 新事業創出セミナー

〔日 時〕

第1回[企業法務・薬機法] 2024年10月3日（木）16：00～18：00

第2回[事業戦略] 2024年10月17日（木）16：00～17：30

第3回[知的財産] 2024年10月31日（木）16：00～17：30

第4回[財務・会計] 2024年11月14日（木）16：00～17：00

第5回[事業提携] 2024年11月28日（木）16：00～17：15

〔場 所〕 *オンラインセミナー

〔詳 細〕 <https://www.astem.or.jp/lifeinov/2024seminar>

●DX オープンイノベーションフォーラム 2024

〔日 時〕 2024年10月2日（水） 14:00～16:50

〔場 所〕 JAMBASE 4階 「CONFERENCE 4-1 & 4-2」

〔詳 細〕 <https://questant.jp/q/JBZIIHOM>

●千里ライフサイエンス新適塾「脳はおもしろい」第46回 自己顔に取り憑かれる脳の仕組み

〔日 時〕 2024年10月2日（水）

講演会 17:30～19:00

懇親会 19:00～20:00

〔場 所〕 千里ライフサイエンスセンタービル

講演会：6階千里ルーム A (WEB 併用)

懇親会：5階 Port5

〔詳 細〕 <https://www.senri-life.or.jp/event/2206/>

●日欧バイオテック&ファーマ パートナリングカンファレンス 2024

〔日 時〕 2024年10月7日（月） カンファレンス 10:00-16:55

レセプション 17:00-19:00

〔場 所〕 ホテル阪急インターナショナル 4階 紫苑

〔詳 細〕 <https://osaka-bio.jp/matchingsupport-2/eu2024/>

●世界唯一の電子顕微鏡の使い方 ～反応科学超高圧走査透過電子顕微鏡の生物試料への応用～

〔日 時〕 2024年10月17日（木）16:00～17:30

〔場 所〕 健都イノベーションパーク NK ビル 1F クラスタラウンジ

*ハイブリッド開催

〔詳 細〕

https://lp.krp.co.jp/tkl_event_input_20241017.html?utm_source=biosight&utm_medium=mail&utm_campaign=nagoyaARIM

●第 67 回 量子化学計算で観る生命科学と創薬への展開

[日 時] 10 月 23 日 (水) 午後 6 時から午後 8 時 15 分まで

[場 所] 千里ライフサイエンスセンタービル 6 階 千里ルーム A

[詳 細] <https://www.senri-life.or.jp/event/2055/>

●第 13 回 近未来医療フォーラム

「バイオコミュニティとスタートアップエコシステム」

[日 時] 2024 年 10 月 25 日(金)13:00~17:50

[場 所] グランフロント大阪北館 C 棟 8F (C01 & C02)

[詳 細] https://www.seedplanning.co.jp/kinmirai_iryuu_13/

●中小企業向けサイバーセキュリティ対策セミナーのご案内 ～サイバー攻撃の脅威！中小企業がすべきこととは～

[日 時] 2024 年 10 月 29 日 (火) 15 : 30~17 : 00

[場 所] CIVI 北梅田研修センター5 階 Hall

[詳 細] https://www.kansai.meti.go.jp/2chuusyou/saigai/20241029_risk-seminar.html

●大阪大学シンポジウム 社会課題解決に貢献する微生物研究

[日 時] 2024 年 10 月 31 日(木) 9:30~17:35 (9:00 受付開始)

[場 所] 大阪大学吹田キャンパス銀杏会館 3F 阪急電鉄・三和銀行ホール

[詳 細] <https://sangyobio.jp/?p=6027>

●千里ライフサイエンスセミナーW4

「感覚から見た感情・感性のコントロール ～心と身体につながりに着目して～」

[日 時] 2024 年 11 月 6 日 (水) 13:00~16:45 (WEB 配信併用)

[場 所] 千里ライフサイエンスセンタービル 5 階 山村雄一記念ライフホール

*ハイブリッド開催

[詳 細] <https://www.senri-life.or.jp/event/2313>

▼△▼△

[6] 編集後記

日中はまだまだ暑いですが、朝夕めっきりと涼しくなりましたね。

私は山奥に住んでいますので、日が暮れると虫の声がにぎやかに聞こえます。

遠い記憶ではありますが、少女の頃に歌った童謡を思い出して、あっちで鳴いているのはマツムシかな？ こっちの「リンリン」は鈴虫かな？と、秋の気配を楽しんでいます。

そして、それを BGM に中秋の名月を愛でて、お月見団子を食べる・・・

どんなに風流を気取ってみても、やっぱり食欲の秋になりそうです！

次号以降も皆様に関心を持っていただける内容をお送りできればと思います。

※皆様からのメルマガ掲載記事の投稿・応募、ご意見ご要望などお待ちしております。
上げております。

☐ 発行責任者:彩都ヒルズクラブ <http://www.saitohills.com/index.html>

☐ 編集:彩都ヒルズクラブ事務局

☐ [mailto:メールマガジン連絡先:info@saitohills.com](mailto:info@saitohills.com)

☐ Copyright (C) 2024 彩都ヒルズクラブ. All rights reserved.