

# しんじゅく 創業1丁目

新宿区立高田馬場創業支援センターニュースレター



## REPORT 令和4年度第1回創業スクール「Practice Fields」を実施しました

産業競争力強化法に基づく特定創業支援等事業の創業スクール「Practice Fields(プラクティス・フィールズ)」の令和4年度第1回を7月に開催しました。

創業スクールは創業時に重要な「経営」「財務」「人材育成」「販路開拓」の4つのテーマについて必要な知識を学んでいただける短期集中型プログラムです。事業立ち上げの実務経験があるゲストをお招きする「トークセッション」と、事業計画書の作成をサポートする「事業計画書作成・個別相談会」とで構成しています。

今回のゲストは令和3年度の実施回に引き続き、高田馬場創業支援センターを過去に利用し、現在も事業を拡大し続けている3名の創業者をお招きしました。



寺本 雄平氏



松澤 斉之氏



相川 美菜子氏

フィリピンのセブ島を中心にした留学エージェント事業を立ちあげ、シナジーのある様々な事業を展開し続けている株式会社ストロングジャパンホールディングスの代表取締役 CEO・寺本雄平氏、Amazonでバイヤーとして全国を巡る中で、日本の素晴らしい工芸品の数々に触れ、「日本の良い物を発信し、残したい」という思いから創業。工芸品の魅力の発信と販売を行ない、それらを通して技術の継続、継承を目指す事業展開をされている日本工芸株式会社の代表取締役・松澤斉之氏、「笑いで世直し」をテーマに若者にもわかりやすく、楽しく社会問題に触れてもらい、考える機会を提供する事業を展開。お笑い芸人を起用した研修や、配信事業を行なっている株式会社笑下村塾の代表取締役社長・相川美菜子氏に、三者三様の創業に至る経緯、創業時の事業や資金計画、コロナ禍での事業の変化や今後のビジョンなどを具体的にお話しいただき、事業を進める上で必要な考え方、心構えなどを提示していただきました。

最終日には NPO法人 Startup Weekendの認定ファシリテーター・李東烈氏による事業計画書を作成する上でのポイントを解説。アイデアを形にして顧客を獲得するための視点や考え方、「創業者」として事業立ち上げに何が大切かを自分自身に落とし込んで考えていただく機会を提供しました。

スクールの受講者からは「会社のことだけではなく、考え方や行動力が大事だと感じた」「起業に関する疑問が解けた」といった好評の声をいただきました。

第2回の創業スクールも年内に開催予定です。開催時期、募集要項などの詳細に関しましては、近日中に当センターWebサイト、新宿区のWebサイト、区報などで告知いたします。

## NEWS センター利用者を現在募集しています

高田馬場創業支援センターでは現在利用者を募集しています(定員になり次第締切)

当センターは10席のフリーアドレスのシェアオフィスを中心としたインキュベーションオフィス(シェアオフィス)です。年末年始を除く毎日8:30~24:00までご利用出来る他、登記住所としてもお使い頂けます(ご利用期間中のみ)

ご利用には事前の施設見学と創業相談、利用申請を兼ねた事業計画書の提出、選考などがあります。詳細は当センターWebサイトをご確認ください。



### 【利用料】

シェアオフィス:月額1万円 個室オフィス:月額3万円  
※個室オフィスは2室。満室の場合はご利用頂けません。  
コピー・プリント出力料:別途(利用分)

### 【利用承認期間】

利用承認日から6ヶ月  
※区長が必要と認めたときは、3回までの利用更新を可とし、  
最長2年間の利用を限度とします。



利用に関する詳細はこちら

<https://incu.shinjuku-center.jp/usage#annai>

## 「眠ることは仕事をベストなパフォーマンスで行なう上での準備」 睡眠を大切に作る社会を作っていくために、 まずは自分がそれを体現したい。

### 現在の事業内容について教えてください。

日中の眠気を「眠いと感じているか」「パフォーマンスが低下しているか」という2点を主軸に定義し、評価し可視化することで睡眠改善に繋げていく企業向けのWebサービス「ネミエル」を開発、運営しています。これまで個人向けの睡眠指導をしていたのですが、本人の睡眠に対する努力だけではどうにもならない要因で睡眠不足になっている事例が多くありました。そこで会社や組織に対して「睡眠を大切に作る環境作り」を提案し、睡眠の大切さを多くの人に知ってもらうサービスを展開しています。

### 創業しようと思ったきっかけは何ですか？

学生の頃から「睡眠に関することがやりたい」という思いはありましたが、ずっとスポーツだけをやってきていたので、起業や独立は選択肢には入っていませんでした。ベンチャー企業に入社した際、新卒ながら会社の深いところまで色々勉強させてもらい、「個人で睡眠指導が出来ればいいな」と個人事業主として独立しましたが、個人で指導していく中で新たな課題が見つかり、法人を設立しようと思いましたが、その理由の一つが「個人間の指導だけではなく、組織から変えないといけない」ということで現在開発、運営をしている「ネミエル」の構想を思いついた時に、個人で出来るようなことではないと思ったことも大きいです。これまで1人で事業をやってみて「1人でも出来る事も多いけれど、1人では出来ない事も多い」ということや「頼れる人は多い」ということに気付きました。マネジメントの面白さなども見えてきました。

### 創業する際に大変だったことは何ですか？

一番はお金がないことですが、事務手続きなどには今のところ苦労はしていません。最も大変だと今感じているのは、「会社として動く」となると、チームメンバーに情報管理の重要性や目指す方向性、理念などを浸透させなければならないということです。業務委託で何名かの方をお願いをしている段階なのに、その難しさを既に感じているので、今後も大変になっていくかなと思っています。

### 創業に新宿区を選んだ理由を教えてください。

電車の乗降数が世界一だったり、誰もがアクセスしやすい場所であったりということと、今活躍されている起業家の方のインタビューを拝見する中で、新宿で創業した方が何名かいて、自分も新宿を拠点に会社を大きくしたいなという気持ちからです。

高田馬場創業支援センターは、新宿区のビジネスプランコンテストに申し込みをした際、ファイナリストの副賞で利用料が免除されることを知りました。シェアオフィスの移転を考えている時期だったので、選考の通過を待たずに利用申請をしました。

### 創業を目指している方にメッセージをお願いします。

起業するに当たって人の話を聞くことや繋がりを増やすことはもちろん大切ですが、「世の中に自分の考えや提供したい価値を届ける為には何をすべきか」、「今その事業をどうすべきか」をまずはしっかり考えることが重要だと思います。「何をすべきか」の手段は企業の中で働きながら出来ることなのか、創業して行なうべきなのかをしっかりと考えてみてください。



Nemielu  
代表 松本 光浩さん

Nemielu代表。大学生の頃から睡眠指導や睡眠講義を開催。新卒で快眠グッズメーカーに入社した後、ECを中心にインターネットについて学びその後睡眠指導者として独立。自身がサッカーで全国大会に出場した経験などを活かし、スポーツ選手の睡眠指導やスポーツ団体への睡眠講義などを行う。一般の方に睡眠指導を行った際に、睡眠不足による大きな経済損失を一般の方の睡眠指導を行う度に肌で感じ、その社会課題を解決すべくNemielu(ネミエル)を考案。現在はネミエルの開発および運営を中心に活動している。日本睡眠学会正会員・日本睡眠環境学会正会員・睡眠コンサルタント(JAFA)・睡眠環境寝具指導士。

## 新宿区立高田馬場創業支援センターのご案内

新宿区内でこれから創業を目指す方、創業されて間もない方を対象としたインキュベーションオフィス(シェアオフィス)です。

### 主な施設

- ・オフィススペースの提供
- ・各種相談(経営・戦略・資金・販促)
- ・コミュニティ連携の機会提供
- ・ビジネスコンビニ機能
- ・利用者交流会の開催
- ・シェアオフィス(10席)
- ・個室オフィス(2室)
- ・会議室兼商談室(18席)
- ・交流スペース
- ・相談室・資料スペース等
- ※同建物内にご覧いただけます。新宿消費生活センター分館の会議室(36名)、調理室兼商品テスト室もご利用(有料)になれます。

### 利用(入居)のご案内

現在利用者を募集しています。ご利用にあたっては、必ず当センターの見学・利用相談を受けてください。

そのうえで、必要書類をご提出いただき、事業計画の具体性、実現可能性等を審査し、承認された方に限りご利用いただけます。詳細については当センターWebページ等でご確認ください。

- 定員：32名
- 利用期間：6カ月間 ※3回まで更新可、最長2年間
- 開館日：年中無休 ※年末年始(12/29～1/3)を除く
- 利用時間：8:30～24:00

### 《お問合せ》

〒169-0075 東京都新宿区高田馬場1丁目32番10号  
Tel 03-3205-3031 / Fax 03-3205-1007  
Email incu@shinjuku-center.jp/ URL https://incu.shinjuku-center.jp

## お知らせ

### 施設利用者の募集について

新宿区立高田馬場創業支援センターは、新宿区内での創業もしくは創業間もない方又は経営改革を目指す方を支援する施設です。

お申し込みを行う前に、当センターにお越しいただき、必ず施設見学・利用相談をしていただいております。

詳細は、当センターホームページ(<https://incu.shinjuku-center.jp>)をご覧ください、お気軽にご相談ください。

新宿区立高田馬場創業支援センター  
ニュースレターしんじゅく創業1丁目  
発行人：田中健一郎 編集者：加島嘉代  
発行No：第2022-058号 発行日：2022年9月30日  
指定管理者：有限会社そーほっと