



HEALTHIER, LONGER,  
BETTER LIVES

บริษัท เอไอเอ จำกัด

เอไอเอ ทาวเวอร์ 181 ถนนสุรวงศ์  
เขตบางรัก กรุงเทพฯ 10500  
โทรศัพท์ (66) 2634 8888  
โทรสาร (66) 2352 5844

AIA.CO.TH

## ข่าวประชาสัมพันธ์

### เอไอเอ เปิดตัวโครงการส่งเสริมให้คนนอนหลับอย่างเพียงพอและมีคุณภาพ ทั่วภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก

โครงการ #OneMoreHour ที่จะกระตุ้นให้คนเรานอนหลับเพิ่มขึ้นวันละ 1 ชั่วโมง  
และมีคุณภาพการนอนที่ดีขึ้น เพื่อสุขภาพและชีวิตที่ดีขึ้น

ประเทศสิงคโปร์, 16 กันยายน 2562 – กลุ่มบริษัทเอไอเอ (“เอไอเอ” หรือ “บริษัท” รหัสหลักทรัพย์: 1299) เปิดตัวโครงการ #OneMoreHour ที่ออกแบบมาเพื่อจัดการกับปัญหาการนอนหลับไม่เพียงพอ ซึ่งเป็นวิกฤติสุขภาพในภูมิภาคเอเชีย โดยมุ่งกระตุ้นผู้คนให้ตระหนักถึงประโยชน์มากมายของการนอนหลับอย่างเพียงพอ พร้อมให้คำแนะนำ เครื่องมือ และรางวัลเพื่อส่งเสริมให้เราปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้นอนหลับเพิ่มขึ้น และมีคุณภาพการนอนที่ดีขึ้น

เอไอเอได้ร่วมดำเนินโครงการนี้กับศาสตราจารย์ไมเคิล จี ผู้เชี่ยวชาญด้านการนอนหลับชั้นนำของเอเชียจาก Duke-NUS Medical School ประเทศสิงคโปร์ โดยจะเน้นให้เห็นถึงประโยชน์มากมายของการนอนหลับอย่างเพียงพอ ทั้งต่อทางร่างกายและจิตใจ อาทิ

- ลดโอกาสในการเกิดโรคเรื้อรังที่ต้องรักษาอย่างต่อเนื่อง อาทิ โรคหัวใจ มะเร็ง เบาหวาน เป็นต้น
- เพิ่มความสามารถในการควบคุมน้ำหนัก
- มีระบบภูมิคุ้มกันที่แข็งแรงมากขึ้น
- ทำให้อารมณ์ดี และเพิ่มระดับพลังงาน ทำให้ร่างกายกระปรี้กระเปร่ามากขึ้น
- ลดความเครียดและความวิตกกังวล

**สจ๊วต เอ. สเปนเซอร์ ประธานเจ้าหน้าที่ฝ่ายการตลาด กลุ่มบริษัทเอไอเอ** กล่าวว่า “เอไอเอมีความภูมิใจที่ได้นำเสนอโครงการ #OneMoreHour ที่ผ่านการศึกษามาอย่างรอบคอบและครอบคลุม โดยจะกระตุ้นให้คนตระหนักถึงความสำคัญของการนอนหลับอย่างเพียงพอและมีคุณภาพ เพื่อสนับสนุนค่านิยมสัญญาของเราที่ต้องการให้ผู้คนมีสุขภาพและชีวิตที่ดีขึ้น โดยการนอนหลับที่เพิ่มขึ้นเพียงวันละ 1 ชั่วโมงนั้นมีประโยชน์ต่อสุขภาพมากมาย อย่างไรก็ตาม การนอนหลับไม่เพียงพอก็ยังคงเป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อคนเอเชียเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้ เพราะคนส่วนใหญ่มีความเชื่อว่าถ้าเราขมเสียสละเวลาในการนอน จะช่วยให้เราก้าวหน้าในชีวิตได้ ทั้งที่ในความเป็นจริงแล้ว การนอนหลับไม่ได้เป็นอุปสรรคต่อความก้าวหน้าในชีวิต ตรงกันข้าม มันกลับช่วยให้เราเจริญก้าวหน้ามากขึ้น เราจึงต้องการกระตุ้นให้ผู้คนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้นอนหลับเพิ่มขึ้นอีกวันละ 1 ชั่วโมง และมีคุณภาพมากขึ้นภายใต้โครงการ #OneMoreHour”

เพื่อให้สอดคล้องกับการเปิดตัวโครงการนี้ เอไอเอยังได้ปรับแอปพลิเคชัน เอไอเอ ไวท์ลิตตี้ เพื่อส่งเสริมและให้รางวัลแก่ผู้ที่มีนิสัยการนอนที่ดีต่อสุขภาพ โดยจะกระตุ้นให้ผู้คนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรนอน ผ่านแบบประเมินการนอนหลับและการเก็บคะแนนจากการนอนหลับในแอปพลิเคชันเอไอเอ ไวท์ลิตตี้ ที่เชื่อมต่อกับเครื่องมือติดตามการนอนหลับ (Sleep Tracker)

นอกจากนี้ เอไอเอยังได้สร้างศูนย์ข้อมูลการนอนหลับ (sleep content hub) ที่ประกอบด้วยข้อมูลเชิงลึกมากมายเกี่ยวกับวิธีการปรับเปลี่ยนนิสัยการนอนให้ดีขึ้น โดยมีทั้งบทความ และวิดีโอ รวมทั้งเคล็ดลับจากเดวิด เบคแฮม (David Beckham) แอมบาสเดอร์ของกลุ่มบริษัทเอไอเอ (AIA Global Ambassador) และจากพันธมิตรอื่นๆ อาทิ สโมสกร์ฟุตบอล สโมสรฟุตบอล และเชฟชื่อดังจากประเทศอังกฤษ เจอเรมี แปง (Chef Jeremy Pang) อีกด้วย

ทั้งนี้ ก่อนเปิดตัวโครงการที่ส่งเสริมให้คนนอนหลับอย่างเพียงพอนี้ เอไอเอได้ทำการวิจัยในประเทศจีน ฮองกง ไทย สิงคโปร์ และมาเลเซีย โดยได้พบผลวิจัยที่สำคัญดังนี้

- มากกว่าครึ่งหนึ่งของผู้ตอบแบบสอบถาม (55%) กล่าวว่า พวกเขาหลับเพียงคืนละ 6 ชั่วโมงหรือน้อยกว่านั้น (คืนละ 7 - 9 ชั่วโมงเป็นจำนวนชั่วโมงการนอนหลับที่ดีที่สุดสำหรับผู้ใหญ่)
- 69% รู้สึกไม่พอใจกับจำนวนชั่วโมงการนอนของตัวเอง
- 62% กล่าวว่าพวกเขากังวลว่าจะนอนหลับไม่เพียงพอ หรือต้องการมีเวลานอนมากขึ้น
- 30% รู้สึกไม่พอใจในคุณภาพการนอนหลับของตัวเอง
- 62% เห็นด้วยว่าการนอนหลับเพิ่มอีกหนึ่งชั่วโมงจะช่วยให้อารมณ์ดีขึ้นและกระปรี้กระเปร่าขึ้น

สเปนเซอร์ กล่าวเพิ่มเติมว่า “เอไอเอกำลังจะทำให้ผู้คนตระหนักว่าการนอนหลับที่เพียงพอและมีคุณภาพนั้นมีประโยชน์ต่อร่างกายและจิตใจอย่างไร โดยเรามุ่งมั่นที่จะช่วยเหลือผู้คนทั่วภูมิภาคเอเชียให้มีสุขภาพที่ดี มีอายุยืนยาว และมีคุณภาพการนอนหลับที่ดีขึ้น เพราะการนอนหลับเป็นหนึ่งในองค์ประกอบสำคัญที่จะส่งเสริมให้เรามีสุขภาพและชีวิตที่ดีขึ้น”

### **เกี่ยวกับกลุ่มบริษัทเอไอเอ**

กลุ่มบริษัทเอไอเอ และบริษัทในเครือ (รวมเรียกว่า “เอไอเอ” หรือ “กลุ่มบริษัทเอไอเอ”) เป็นกลุ่มบริษัทประกันชีวิตที่ใหญ่ที่สุดในภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก ซึ่งจดทะเบียนในตลาดหลักทรัพย์และมีการบริหารจัดการอย่างอิสระ มีบริษัทในเครือและสำนักงานสาขาใน 18 ประเทศทั่วเอเชีย-แปซิฟิก ทั้งในประเทศฮ่องกง ไทย สิงคโปร์ มาเลเซีย จีน เกาหลีใต้ ฟิลิปปินส์ ออสเตรเลีย อินโดนีเซีย ไต้หวัน เวียดนาม นิวซีแลนด์ มาเก๊า บรูไน และกัมพูชา และเป็นผู้ถือหุ้น 97% ในบริษัทในเครือในประเทศศรีลังกา และถือหุ้นร่วมทุน 49% ในประเทศอินเดีย ในเดือนเมษายน 2562 เอไอเอได้รับการอนุมัติในการเป็นสำนักงานผู้แทนในประเทศเมียนมา

เอไอเอเริ่มต้นธุรกิจครั้งแรกในเมืองเซี่ยงไฮ้เมื่อศตวรรษที่ผ่านมา ในปี 2462 โดยเป็นผู้นำตลาดในภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก (ยกเว้นประเทศญี่ปุ่น) ในด้านเบี้ยประกันภัยรับจากธุรกิจประกันชีวิต และเป็นผู้นำตลาดโดยส่วนใหญ่ในภูมิภาคโดยมีสินทรัพย์รวม ณ วันที่ 30 มิถุนายน 2562 ที่ 256 พันล้านเหรียญสหรัฐ

กลุ่มบริษัทเอไอเอนำเสนอผลิตภัณฑ์ในการออมเงินระยะยาวและความคุ้มครองชีวิตแก่ลูกค้าบุคคลผ่านผลิตภัณฑ์และบริการที่หลากหลาย ทั้งการประกันชีวิต การประกันภัยอุบัติเหตุและสุขภาพ และการวางแผนทางการเงินในวัยเกษียณ นอกจากนี้ กลุ่มบริษัทเอไอเอยังให้บริการลูกค้าองค์กรผ่านผลิตภัณฑ์สวัสดิการพนักงาน ประกันสินเชื่อ และให้บริการเป็นผู้จัดการกองทุนสำรองเลี้ยงชีพผ่านเครือข่ายตัวแทน พันธมิตรและพนักงานทั่วภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก โดยเอไอเอมีลูกค้าที่ถือครองกรมธรรม์ประกันชีวิตรายบุคคลที่มีผลบังคับมากกว่า 34 ล้านกรมธรรม์ และเป็นสมาชิกกรมธรรม์ประกันกลุ่มมากกว่า 16 ล้านคน

กลุ่มบริษัทเอไอเอจดทะเบียนในกระดานหุ้นหลักของตลาดหลักทรัพย์ฮ่องกง ภายใต้รหัสหลักทรัพย์ 1299 สำหรับ American Depositary Receipts (ระดับ 1) มีการซื้อขายหลักทรัพย์นอกตลาดหลักทรัพย์ (Over-the-Counter) ภายใต้สัญลักษณ์ AAGIY

### **ข้อมูลเพิ่มเติมสำหรับสื่อมวลชน กรุณาติดต่อ :**

ฝ่ายสื่อสารองค์กร เอไอเอ ประเทศไทย

อมรรัตน์ ชาญวิเศษ โทร 02 783 7367 / 064 459 3554 อีเมล amornrat.chanwisate@aia.com

อรนิตา สิริสุวรรณ โทร. 02 783 6539/ 062 596 5164 อีเมล ornita.sirisuvanna@aia.com

พิชามณู กุจะพันธุ์ โทร 02 783 4620 / 086 045 2472 อีเมล pichamon.kujaphun@aia.com