

工作太累 宁饿肚子

# 午餐时间租床位

## 上班族会周公

高凡凡  
报道/摄影

sansanw@sph.com.sg

工作太劳累，上班族不惜趁午餐时间，花钱租床位补充睡眠！

近年来，市区一些Spa和按摩中心，推出专为忙碌和疲累的上班族所设的“午餐睡眠配套”。上班族花18至28元，就能租用一个床位，享受20至30分钟的优质睡眠。

### 按摩院推出午餐睡眠配套

在中央商务区营业的Chop Chop Massage Express，就是其中一个提供这项新服务的按摩院。

女经理张济颖（29岁）受访时说，原本只提供脚底按摩和全身按摩两项服务，但陆续有上班族询问，是否可“花钱买睡”，于是按摩院就顺势推出“午餐睡眠配套”。

张济颖说，顾客只需花20元，就能在单人包厢内享受20分钟睡眠。

包厢有一张床，除了枕头和被子，店员也会提供眼罩、一次性睡衣等贴心物品，同时播放有助放松神经的慢节拍音乐，帮助顾客入睡。

每月有约2至3名顾客使用“午餐睡眠配套”，他们多是30出头的上班族，往往因连夜赶工而睡眠不足，光顾时常常疲惫不堪。除此之外，他们多数也会选择更为实惠的按摩服务，边享受按摩

边睡觉，一举两得。

据记者观察，午餐时间短短20分钟，就有约5名上班族前来光临。许多顾客按摩结束后久久不愿醒来，店家贴心地表示，只要有空位，就会让他们继续小睡。

郭秦说，每星期接受专业按摩至少一次，帮助缓解全身酸痛的“工作后遗症”。

在Spa和按摩中心租用一个床位，20至30分钟的收费约18至28元。



上班族工作太劳累，不惜趁午餐时间，花钱租床位补充睡眠。

上班族花18至28元，就能租用一个床位，享受20至30分钟的优质睡眠……

### 为按摩补睡眠 午餐‘草草’吃

行政人员郭秦（32岁）说，每星期都在午餐时间光顾按摩院1至2次。“每天连续坐在电脑前工作数个钟头，导致肩膀僵硬、腰酸背痛等，需靠按摩来纾缓。”

他说，每次按摩都是40分钟左右，之后就在隔壁的快餐店喝杯咖啡吃点面包“草草”解决午餐，或干脆打包带回办公室匆匆吃完。

张济颖说，上午11时半到1时半之间，是按摩院最繁忙的时段，上班族纷纷上门。她说，脚底按摩约40分钟，优惠时则从50分钟至1个小时不等。一般上班族的午餐时间约1小时，许多人为了按摩和睡觉，花在吃午餐的时间寥寥无几。