

厚生労働科学研究費補助金

循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価
手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発

(24FA1001)

令和6年度 総括・分担研究報告書

研究代表者 栗山 健一

令和7(2025)年 3月

目 次

I. 総括研究報告

次世代のデジタル睡眠管理法開発および有用性・実行性評価と国際化に関する研究

----- 1

国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 栗山 健一

II. 分担研究報告

1. デジタル睡眠管理法の有用性・実行性の検証

----- 5

国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 栗山 健一

国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 吉池 卓也

国立精神・神経医療研究センター 病院 臨床研究 教育研修部門 情報管理解析部 大庭 真梨

日本大学 医学部社会医学系 公衆衛生学分野 兼板 佳孝

日本大学 医学部精神医学系 精神医学分野 鈴木 正泰

国際医療福祉大学 医学部公衆衛生学 井谷 修

北里大学 大学院医療系研究科 産業精神保健学 田中 克俊

秋田大学 大学院医学系研究科精神科学講座 三島 和夫

秋田大学 大学院医学系研究科精神科学講座 竹島 正浩

滋賀医科大学 精神医学講座 角谷 寛

埼玉県立大学 大学院保健医療福祉学研究科 有竹 清夏

東京大学 大学院医学系研究科システムズ薬理学教室 上田 泰己

2. 睡眠時間・睡眠休養感の確保のためのAPI・アプリ開発に関する研究

----- 9

東北大学大学院医学系研究科老年・在宅看護学分野 尾崎 章子

奈良医科大学疫学・予防医学講座 佐伯 圭吾

東京科学大学リベラルアーツ研究教育院 駒田 陽子

東京医科大学睡眠学講座 志村 哲祥

株式会社プロアシスト 新事業開発部 橋本 英樹

国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 栗山 健一

III. 研究成果の刊行に関する一覧表

----- 14

IV. 倫理審査等報告書の写し

----- 20

次世代のデジタル睡眠管理法開発および有用性・実行性評価と国際化に関する研究

研究代表者 栗山健一 国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所
睡眠・覚醒障害研究部 部長

研究要旨

健康日本21（第三次）の休養目標として、睡眠時間（および床上時間）を適正化し、睡眠の質（睡眠による休養感）を向上させることが挙げられている。これを達成するために「健康づくりのための睡眠ガイド2023」が作成されたが、さらにデジタル技術を活用した睡眠管理法を提案する。様々なスマートフォンアプリやウェアラブルデバイスを活用可能なAPI（Application Programming Interface）を開発し、改良を加えた上で、これを用いたデジタル睡眠管理法の実行可能性および有用性を検証するための縦断調査（ランダム化比較試験）を計画・実施する。さらに、「健康づくりのための睡眠ガイド2023」の英語版を作成し、国際的な情報発信に努める。本研究成果は、次期健康日本21における次世代睡眠健康管理プラットフォームとしての活用可能であり、国際的な活用拡大へも展開することが可能である。

A. 研究目的

健康日本21（第三次）の休養指標である、睡眠時間（および床上時間）を適正化し、睡眠の質（睡眠による休養感）を向上させるための指針として、科学的検証に基づく「健康づくりのための睡眠ガイド2023」が作成された。国民はこのガイドに則り、自身の睡眠・生活習慣を適正化し、睡眠障害の予防及び早期発見・早期介入を志すことで、睡眠健康を増進させることが可能となる。

これをより容易にするために、国民一人ひとりが自らの睡眠・生活習慣等を振り返るための睡眠チェックシートおよび、具体的な改善案を提示するアドバイスシートを作成した。

近年の急速なデジタル技術の発展に伴い、スマートフォンを活用した健康管理アプリが市場で活発に展開されるようになり、睡眠健康管理にもスマートフォンを活用したアプリが出現している。さらに、ウェアラブルデバイスを用いて睡眠を評価する技術も急速に発展してきており、これらを組み合わせた方法論も様々提案されている。

特に、睡眠時間（床上時間）においては、客観的な評価に基づく指標がより生理的休養量を反

映するため、ウェアラブルデバイスを活用した方法論を利用することは、効果的に健康増進を推し進める上で有用と考えられる。我々の研究班では前事業（厚生労働科学研究・21FA1002）において、睡眠チェックシートおよびアドバイスシートを統括した機能を備えるデジタルアプリの基盤となるAPI（Application Programming Interface）の開発も並行して実施した。このAPIは、ウェアラブルデバイスにより客観的に測定した睡眠時間・床上時間・睡眠の質指標等を読み込み、主観的な睡眠時間・床上時間・睡眠休養感と併せて睡眠健康度を評価し、ユーザーにフィードバックする機能拡張が可能である。

本研究事業では、上記APIをさらに発展させたうえで、これを用いた睡眠評価・フィードバックシステムの有用性・実効性を評価する計画を立案した。本計画は、API・アプリ開発チーム（尾崎、佐伯、駒田、志村、橋本、栗山）と、研究デザイン・実施チーム（栗山、吉池、大庭、兼板、鈴木、井谷、田中、佐伯、三島、竹島、角谷、有竹、上田）に分かれ、前チームは主にAPIの開発を前進させ、実証研究に活用可能とすること、後チーム

は主にAPIを活用するためのスマートフォンアプリとウェアラブルデバイスを組み合わせたシステムの有用性・実行性を検証するための実証研究（縦断介入調査）を立案し、研究を遂行することをテーマとした。

APIを用いた睡眠管理の有用性を検証するために、主に勤労世代の成人を対象とした縦断介入試験を計画した。この実証研究では、心身の健康指標やプレゼンティズムをエンドポイントとし、適切な睡眠時間および睡眠の質（睡眠休養感等）の確保による上記エンドポイントへの影響度を評価するとともに、職域で実施する健康診断およびストレスチェックの結果を用いた健康増進への寄与度も評価する。さらに、睡眠環境・生活習慣、嗜好品の摂取等の変化（改善）による影響のみならず、ウェアラブルデバイスを用いた睡眠評価の有用性の評価も併せて実施する方針とした。

さらに、前事業（厚生労働科学研究・21FA1002）において立案し、健康づくりのための睡眠指針の改訂に関する検討会を経て策定された「健康づくりのための睡眠ガイド2023」を国際的に周知するために、立案に関与した研究分担者を中心に、上記ガイドの英語版作成に取り組むこととした。

B. 研究方法

1. APIの改良とアプリ開発（API・アプリ開発チーム）

市販のウェアラブルデバイスについて、測定可能項目、デバイスメーカー提供のソフトウェア／サーバー以外での計測データ利用可否とその精度、導入コスト等を調査し、実証研究に用いるデバイスを選定する。

スマートフォンおよびウェアラブルデバイスのメーカーが提供するサーバーを中継してクラウドデータベースに睡眠・生活習慣データを集約・保存する方式の検討を行う。

さらに、行動変容ならびにアプリの有用性をどのように評価するかを検討する。

2. API・アプリを用いた睡眠管理システムの有効性・実行性検証（研究デザイン・実施チーム）

本チームのコアメンバーにより研究デザインを立案し、API・アプリ開発チームを含めた全研究分担者と協議のうえ、以下の研究デザインを決定し、

研究を実施する。

自治体・企業等の協力を得て、各団体の所属職員を対象に参加者を募集する。同意取得後に研究対象者の人口統計データ、職域の一般健康診断およびストレスチェックデータ（2024年度）、仕事のパフォーマンス（Work Limitations Questionnaire Short-Form 日本語版：WLQ-SF-J）、健康関連 QOL（SF-8-J）と睡眠・生活習慣および嗜好品の摂取状況、睡眠障害症候（健康日本 21 睡眠チェックシート）、睡眠習慣改善に関する自己効力感を、各質問票を用いて収集する。

研究対象者を、乱数表を用いて以下の4群に割り付ける。①ウェアラブルデバイス（Fitbit Inspire 3：Google LLC）&睡眠アプリ（API）使用、②睡眠アプリ（API）のみ使用、③ウェアラブルデバイス（Fitbit Inspire 3）のみ使用、④ウェアラブルデバイス・睡眠アプリいずれも使用しない（対照群）。

研究対象者は自らの睡眠管理を、各群に割り振られた方法を用いて6か月間行う。ウェアラブルデバイスは、同意取得日より装着・使用開始し、睡眠アプリは、各対象者のスマートフォン（私物）にインストールする。ウェアラブルデバイスはFitbitアプリ（無料：Google LLC）を用いて管理し、睡眠・覚醒パターンを心想計アプリ（無料：株式会社ツリーベル）を用いて自動記録する。対象者は睡眠アプリを介して、自身の睡眠・生活習慣等を1週間おきに記入する。さらに、全ての対象者の寝室に環境センサ（2JCIE-BU01：オムロン株式会社）を設置し、温度、湿度、照度、気圧、騒音、振動等の寝室環境指標を継続的に計測する。

研究期間中は逐一、対面もしくはWebを介して、睡眠管理中に生じた課題を相談できる機会を設ける。約6か月後に再度、職域の一般健康診断およびストレスチェックデータ（2025年度）、仕事のパフォーマンス（WLQ-SF-J）、健康関連 QOL（SF-8）、睡眠・生活習慣等（健康日本 21 睡眠チェックシート）を評価するとともに、研究期間中に新たに発症・発覚した疾患に関して集計する。

3. 健康づくりのための睡眠ガイド 2023 の英語版作成（全研究分担者）

「健康づくりのための睡眠ガイド2023」の原版を忠実に反映するよう、研究代表者が翻訳作業を行った上で、ネイティブ英文校正業者に修正を依頼する。これを基に、各ガイド項目における原版の主担当者が確認・修正し、研究代表者が体裁を整えた上で、厚生労働省担当局に確認を依頼する予定である。

倫理面への配慮

本事業に関する研究は、文部科学省・厚生労働省の「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に基づき、国立精神・神経医療研究センター倫理委員委員会の承認を受けて行う。

C. 研究結果

1. APIの改良とアプリ開発

ウェアラブルデバイス、スマートフォンアプリ、中継サーバー、研究用サーバーが連動するシステムを構築した。スマートフォンアプリは、ツリーベル社のフレームワークをベースに開発し、これはウェアラブルデバイスからの睡眠データの取得、睡眠日誌の作成、中継サーバーへのデータ送信の機能を有する仕様とした。中継サーバーは、Google社のサーバー経由でFitbitデータの取得し、スマートフォンから送られる睡眠データを集約し、集約したデータの研究用サーバーへ転送する機能を装備する仕様とした。研究用サーバーには、全事業で開発したデジタル版プラットフォームを拡張し、ユーザーが入力する主観データとウェアラブルデバイスからの客観データを受信し保健指導アドバイスを返信するWeb APIとデータベースを構築した。

実証研究において、本システムの有用性・実効性を評価する項目として、自己効力感（セルフエフィカシー）および、アプリでフィードバックされたアドバイスを実際に実践できる自信の度合い（自己効力感）を評価することを提案した。

2. API・アプリを用いた睡眠管理システムの有効性・実行性検証

API・アプリ開発チームの提案および全研究分担者の意見を盛り込み研究デザインを確立した。現在、研究を遂行中である。国立精神・神経医療

研究センター倫理委員委員会より、2025年2月10日に研究計画が承認され（同年3月26日に修正申請の承認あり）、2025年4月中旬より被験者の組み入れを予定している。

3. 健康づくりのための睡眠ガイド2023の英語版作成

研究代表者が翻訳作業を行った上で、ネイティブ英文校正業者に修正を依頼した。英文校正者のアドバイスを採用し、一部の原版の表現を、欧米文化圏の表現に改めた。今後これを基に、各ガイド項目における原版の主担当者が確認・修正する段階に進む。

D. 考察

全研究班員が2チームに分かれ、各担当課題を着実に遂行した。進捗はいずれのチームも予定通りであり、実証研究を着実に遂行する準備が整った。当初の予定に加えて、「健康づくりのための睡眠ガイド2023」の英語版作成を実施することとした。こちらの進捗状況も順調である。

本研究の成果は、主に勤労世代における、次世代デジタル睡眠管理の設計における参考情報として活用される。さらに、デジタルプラットフォームを活用した睡眠疫学調査のフィージビリティを推計する上で重要な参考情報となる。これらの成果は本邦における次世代の睡眠健康増進施策の基盤として提案されるとともに、国際的にも我々の取り組みに関して情報発信することを予定している。

E. 結論

次期健康日本21に向けた睡眠健康増進施策の発展を目指した、次世代のデジタル睡眠管理法の開発および有用性・実行性評価を進めている。本研究事業の成果を国際的に発信していくことで成熟度を高め、本邦の睡眠健康増進基盤の質の向上を目指す。

F. 研究発表

1. 論文発表

- 1) Kuriyama K. Social determinants of sleep quality: association between sleep

quality and living environment among older individuals. *Sleep Biol Rhythms* 22(3): 301-302, 2024.

- 2) Izuhara M, Matsui K, Okubo R, Yoshiike T, Nagao K, Kawamura A, Tsuru A, Utsumi T, Hazumi M, Sasaki Y, Takeda K, Komaki H, Oi H, Kim Y, Kuriyama K, Miyama T, Nakagome K. Association of COVID-19 preventive behavior and job-related stress with the sleep quality of healthcare workers one year into the COVID-19 outbreak: a Japanese cross-sectional survey. *Biopsychosoc Med* 18(1): 8, 2024.
- 3) Hazumi M, Kawamura A, Yoshiike T, Matsui K, Kitamura S, Tsuru A, Nagao K, Ayabe N, Utsumi T, Izuhara M, Shinozaki M, Takahashi E, Fukumizu M, Fushimi M, Okabe S, Eto T, Nishi D, Kuriyama K. Development and validation of the Japanese version of the Bedtime Procrastination Scale (BPS-J). *BMC Psychol* 12(1): 56, 2024.

2. 学会発表

- 1) 栗山健一. 「国民の睡眠健康目標に准じた精神疾患患者の睡眠治療の考え方」 第43回日本社会精神医学会 2025年3月14日 (浜松町)
- 2) 栗山健一. 「健康づくりのための睡眠ガイド2023」の概要・活用・発展. メインシンポジウム「身体活動、食・栄養、飲酒、睡眠のガイドライン策定とエビデンスギャップ」第26回日本健康支援学会年次学術大会 2025年3月7日 (川崎)
- 3) 栗山健一. 「睡眠の質」と心身の健康. 睡眠医学の最新トピックスと総合病院精神医療での展開. 第37回日本総合病院精神医学会総会 2024年11月29-30日 (熊本)
- 4) 栗山健一. IoTやウェアラブルデバイスを活用した睡眠健康増進 -医療前段階を中心に-. 睡眠関連疾患における最良の Patient Journey を目指したIoTやデジタルデバイスの活用 日本睡眠学会第48回定期学術集会 2024年7月18-19日 (神奈川)
- 5) 栗山健一. 「健康づくりのための睡眠ガイド

2023」における高齢者の睡眠健康目標. 日本睡眠学会第48回定期学術集会 2024年7月18-19日 (神奈川)

- 6) 河村葵、羽澄恵、岡邨しのぶ、伏見もも、吉池卓也、栗山健一. 職域における睡眠簡易健診、睡眠衛生指導の有用性. 日本睡眠学会第48回定期学術集会 2024年7月18-19日 (神奈川)
- 7) 栗山健一. 高齢不眠の病態基盤の理解と治療戦略 ~健康づくりのための睡眠ガイド2023の理解も含めて~. 第8回日本老年薬学会学術集会 2024年5月19日 (東京)
- 8) 羽澄恵、河村葵、吉池卓也、松井健太郎、北村真吾、都留あゆみ、長尾賢太郎、内海智博、伊豆原宗人、高橋絵里矢、伏見もも、江藤太亮、西大輔、栗山健一. Bedtime Procrastination Scale 日本語版の開発と妥当性・信頼性の検討. 日本睡眠学会第48回定期学術集会 2024年7月18-19日 (神奈川)
- 9) 松井健太郎、志村哲祥、駒田陽子、岡島義、橋本英樹、大橋由基、尾崎章子、栗山健一. 一般勤労者の平日の睡眠時間短縮に寄与する要因の縦断的検討. 日本睡眠学会第48回定期学術集会 2024年7月18-19日 (神奈川)
- 10) 伏見もも、河村葵、内海智博、吉池卓也、松井健太郎、都留あゆみ、伊豆原宗人、有竹清夏、栗山健一. 日本人における不溶性食物繊維摂取と睡眠休養感の関連. 日本睡眠学会第48回定期学術集会 2024年7月18-19日 (神奈川)
- 11) 内海智博、吉池卓也、河村葵、松井健太郎、栗山健一. 労働世代における週末の寝だめと死亡転帰の関連 (縦断的検討). 6NC リトリート 2024年4月13日 (東京)

H. 知的財産権の出願・登録状況

(予定を含む)

1. 特許取得
なし
2. 実用新案登録
なし
3. その他
なし

令和6年度厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）
睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価
手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発（24FA1001）
研究分担報告書

デジタル睡眠管理法の有用性・実行性の検証

研究分担者	栗山 健一	国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 部長
	吉池 卓也	国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 精神生理機能研究室長
	大庭 真梨	国立精神・神経医療研究センター 病院 臨床研究 教育研修部門 情報管理解析部 生物統計解析室長
	兼板 佳孝	日本大学 医学部社会医学系 公衆衛生学分野 教授
	鈴木 正泰	日本大学 医学部精神医学系 精神医学分野 教授
	井谷 修	国際医療福祉大学 医学部公衆衛生学 教授
	田中 克俊	北里大学 大学院医療系研究科 産業精神保健学 教授
	三島 和夫	秋田大学 大学院医学系研究科精神科学講座 教授
	竹島 正浩	秋田大学 大学院医学系研究科精神科学講座 准教授
	角谷 寛	滋賀医科大学 精神医学講座 特任教授
	有竹 清夏	埼玉県立大学 大学院保健医療福祉学研究科 保健医療福祉学部健康開発学科 検査技術科学専攻 教授
	上田 泰己	東京大学 大学院医学系研究科システムズ薬理学教室 教授
研究協力者	内海 智博	国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 リサーチフェロー
	長尾賢太郎	国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 リサーチフェロー
	河村 葵	国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 流動研究員

研究要旨

健康日本 21（第三次）の休養指標である、睡眠時間（および床上時間）を適正化し、睡眠の質（睡眠による休養感）を向上させるために作成された「健康づくりのための睡眠ガイド 2023」に基づく、デジタル睡眠管理法を提案し、これの実行可能性および有用性を検証するための縦断調査（ランダム化比較試験）を計画・実施する。主に勤労世代の成人を対象とし、6か月間の追跡期間中に、上記に基づくスマートフォンアプリケーションおよびウェアラブルデバイスを用いた睡眠管理を使用し、使用前後の仕事パフォーマンス、健康関連 QOL の改善度、健康指標の改善度、アプリケーションやデバイスの使用度等を評価する。本研究成果は、実行性・有用性の高い次世代デジタル睡眠健康管理プラットフォームの作成および、健康日本 21 の休養目標達成のための個人・職域睡眠健康管理に活用可能である。

A. 研究目的

健康日本21（第三次）の休養指標である、睡眠時間（および床上時間）を適正化し、睡眠の質（睡

眠による休養感）を向上させるための指針として、科学的検証に基づく「健康づくりのための睡眠ガイド2023」が作成された。国民はこのガイドに則

り、自身の睡眠・生活習慣を適正化し、睡眠障害の予防及び早期発見・早期介入を志すことで、睡眠健康を増進させることが可能となる。これをより容易にするために、国民一人ひとりが自らの睡眠・生活習慣等を振り返るための睡眠チェックシートおよび、具体的な改善案を提示するアドバイスシートを作成した。

しかし睡眠時間・床上時間においては、客観的な評価に基づく指標がより生理的休養量を反映するため、これをチェックシートに反映させるシステムが必要である。我々の研究班では前事業（厚生労働科学研究・21FA1002）において、睡眠チェックシートおよびアドバイスシートを統括した機能を備えるデジタルアプリの基盤となるAPI（Application Programming Interface）の開発も並行して実施した。このAPIは、ウェアラブルデバイスにより客観的に測定した睡眠時間・床上時間・睡眠の質指標等を読み込み、主観的な睡眠時間・床上時間・睡眠休養感と併せて睡眠健康度を評価し、ユーザーにフィードバックする機能拡張が可能である。

このAPIを用いた睡眠管理の有用性を検証するために、主に勤労世代の成人を対象とした縦断介入試験を計画している。この介入研究では、心身の健康指標やプレゼンティーズムをエンドポイントとし、適切な睡眠時間および睡眠の質（睡眠休養感等）の確保による上記エンドポイントへの影響度を評価するとともに、職域で実施する健康診断およびストレスチェックの結果を用いた健康増進への寄与度も評価する。さらに、睡眠チェックシートで評価する睡眠環境・生活習慣、嗜好品の摂取等の変化（改善）による影響のみならず、ウェアラブルデバイスを用いた睡眠評価の有用性の評価も併せて実施する。本縦断研究の成果は、主に勤労世代における、次世代デジタル睡眠管理の設計における参考情報として活用可能であるとともに、デジタルプラットフォームを活用した睡眠疫学調査のフィージビリティを推計する上で重要な参考情報となる。

B. 研究方法

研究デザイン・実施チーム（栗山、吉池、大庭、兼板、鈴木、井谷、田中、三島、竹島、角谷、有竹、上田）が、本研究遂行に関わる。研究デザインは主

に、栗山、佐伯、兼板、井谷との協議のうえで立案し、API・アプリ開発チームの提案を含めた全職員との協議を経て、デザインの確立および研究を実施する。

自治体・企業等の協力を得て、各団体の所属職員を対象に参加者を募集する。同意取得後に研究対象者の人口統計データ、職域の一般健康診断およびストレスチェックデータ（2024年度）、仕事のパフォーマンス（Work Limitations Questionnaire Short-Form 日本語版：WLQ-SF-J）、健康関連 QOL（SF-8-J）と睡眠・生活習慣および嗜好品の摂取状況、睡眠障害症候（健康日本 21 睡眠チェックシート）、睡眠習慣改善に関する自己効力感を、各質問票を用いて収集する。研究対象者を、乱数表を用いて以下の 4 群に割り付ける。①ウェアラブルデバイス（Fitbit Inspire 3：Google LLC）&睡眠アプリ（API）使用、②睡眠アプリ（API）のみ使用、③ウェアラブルデバイス（Fitbit Inspire 3）のみ使用、④ウェアラブルデバイス・睡眠アプリいずれも使用しない（対照群）。

研究対象者は自らの睡眠管理を、各群に割り振られた方法を用いて 6 か月間行う。ウェアラブルデバイスは、同意取得日より装着・使用開始し、睡眠アプリは、各対象者のスマートフォン（私物）にインストールする。ウェアラブルデバイスは Fitbit アプリ（無料：Google LLC）を用いて管理する。さらに、睡眠・覚醒パターンを、心想計アプリ（無料：株式会社ツリーベル）を用い自動記録する。いずれのアプリも、研究用の Google アカウント（対象者ごとに作成）を割り当て、これと紐づける。睡眠チェックシートには睡眠アプリを介して 1 週間おきに記入する。さらに、環境センサ（2JCIE-BU01：オムロン株式会社）をすべての研究対象者の寝室に設置し、温度、湿度、照度、気圧、騒音、振動等の寝室環境指標を継続的に計測する。ウェアラブルデバイス、スマートフォンを用いたデジタルデータの収集は、株式会社ツリーベルに委託する。

研究期間中は逐一、対面もしくは Web を介して、睡眠管理中に生じた課題を相談できる機会を設ける。約 6 か月後に再度、職域の一般健康診断およびストレスチェックデータ（2025年度）、仕

事のパフォーマンス (WLQ-SF-J)、健康関連 QOL (SF-8)、睡眠・生活習慣等 (健康日本 21 睡眠チェックシート) を評価するとともに、研究期間中に新たに発症・発覚した疾患に関して集計する。

WLQ-SF-J 得点および SF-8-J 得点をプライマリエンドポイント、睡眠習慣、寝室環境および一般健康診断・ストレスチェックデータ等をセカンダリエンドポイントとし、各介入効果を評価する。

倫理面への配慮

本研究は、文部科学省・厚生労働省の「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に基づき、国立精神・神経医療研究センター倫理委員委員会の承認を受けて行う。

C. 研究結果

現在、上記研究を遂行中である。すでに研究デザインを確立し、国立精神・神経医療研究センター倫理委員委員会より、2025年2月10日に研究計画が承認された (同年3月26日に修正申請の承認あり)。2025年4月中旬より研究対象者の組み入れを予定している。

D. 考察

研究は順調に進捗している。本研究は、健康日本21 (第三次) および「健康づくりのための睡眠ガイド2023」に準拠したAPIに基づくスマートフォンアプリケーションおよびウェアラブルデバイス (Fitbit) を用い、自治体・企業等における職域集団において、所属員の睡眠管理を行うことの実行可能性および有用性を評価することを目的とする。仕事のパフォーマンス (プレゼンティーズム) および、健康状態等を評価項目とし、スマートフォンアプリケーション・ウェアラブルデバイスの使用実態 (頻度等) との関連を評価することにより、上記睡眠習慣管理法の実行可能性および有用性を評価することができる。さらに本手法の改善に寄与する情報を収集することも目的の一つとしており、本研究の成果は、より実行性・有用性の高い次世代デジタル睡眠健康管理プラットフォームを作成することに貢献する。

E. 結論

本手法を拡充し市場普及を実現させ、広く国民の健康増進に寄与することを目指す。さらに、勤労世代の成人に限定せず、あらゆる世代の国民に有用な手法の開発も視野に入れる。本手法を応用することにより、デジタルプラットフォームを活用した睡眠疫学調査の実現を目指す。

F. 研究発表

1. 論文発表

- 1) Matsui K, Usui A, Takei Y, Kuriyama K, Inoue Y. Sleep schedules and MSLT-based diagnosis of narcolepsy type 2 and idiopathic hypersomnia: Exploring potential associations in a large clinical sample. *J Sleep Res* 12: e14402, 2024.
- 2) Kuriyama K. Social determinants of sleep quality: association between sleep quality and living environment among older individuals. *Sleep Biol Rhythms* 22(3): 301-302, 2024.
- 3) Izuhara M, Matsui K, Okubo R, Yoshiike T, Nagao K, Kawamura A, Tsuru A, Utsumi T, Hazumi M, Sasaki Y, Takeda K, Komaki H, Oi H, Kim Y, Kuriyama K, Miyama T, Nakagome K. Association of COVID-19 preventive behavior and job-related stress with the sleep quality of healthcare workers one year into the COVID-19 outbreak: a Japanese cross-sectional survey. *Biopsychosoc Med* 18(1): 8, 2024.
- 4) Hazumi M, Kawamura A, Yoshiike T, Matsui K, Kitamura S, Tsuru A, Nagao K, Ayabe N, Utsumi T, Izuhara M, Shinozaki M, Takahashi E, Fukumizu M, Fushimi M, Okabe S, Eto T, Nishi D, Kuriyama K. Development and validation of the Japanese version of the Bedtime Procrastination Scale (BPS-J). *BMC Psychol* 12(1): 56, 2024.

2. 学会発表

- 1) 栗山健一. 「国民の睡眠健康目標に准じた精神疾患患者の睡眠治療の考え方」 第43回日本社会精神医学会 2025年3月14日 (浜松町)

- 2) 栗山健一. 「健康づくりのための睡眠ガイド 2023」の概要・活用・発展. メインシンポジウム「身体活動、食・栄養、飲酒、睡眠のガイドライン策定とエビデンスギャップ」第 26 回日本健康支援学会年次学術大会 2025 年 3 月 7 日 (川崎)
- 3) 栗山健一. 「睡眠の質」と心身の健康. 睡眠医学の最新トピックスと総合病院精神医療での展開. 第 37 回日本総合病院精神医学会総会 2024 年 11 月 29-30 日 (熊本)
- 4) 栗山健一. IoT やウェアラブルデバイスを活用した睡眠健康増進 -医療前段階を中心に-. 睡眠関連疾患における最良の Patient Journey を目指した IoT やデジタルデバイスの活用 日本睡眠学会第 48 回定期学術集会 2024 年 7 月 18-19 日 (神奈川)
- 5) 栗山健一. 「健康づくりのための睡眠ガイド 2023」における高齢者の睡眠健康目標. 日本睡眠学会第 48 回定期学術集会 2024 年 7 月 18-19 日 (神奈川)
- 6) 河村葵、羽澄恵、岡邨しのぶ、伏見もも、吉池卓也、栗山健一. 職域における睡眠簡易健診、睡眠衛生指導の有用性. 日本睡眠学会第 48 回定期学術集会 2024 年 7 月 18-19 日 (神奈川)
- 7) 栗山健一. 高齢不眠の病態基盤の理解と治療戦略 ~健康づくりのための睡眠ガイド 2023 の理解も含めて~. 第 8 回日本老年薬学会学術集会 2024 年 5 月 19 日 (東京)
- 8) 羽澄恵、河村葵、吉池卓也、松井健太郎、北村真吾、都留あゆみ、長尾賢太郎、内海智博、伊豆原宗人、高橋絵里矢、伏見もも、江藤太亮、西大輔、栗山健一. Bedtime Procrastination Scale 日本語版の開発と妥当性・信頼性の検討. 日本睡眠学会第 48 回定期学術集会 2024 年 7 月 18-19 日 (神奈川)
- 9) 岡邨しのぶ、吉池卓也、河村葵、内海智博、長尾賢太郎、松井健太郎、北村真吾、栗山健一. 東日本大震災の被災住民において全身性炎症は不眠症状を介しうつ症状と関連する. 日本睡眠学会第 48 回定期学術集会 2024 年 7 月 18-19 日 (神奈川)
- 10) 矢島智貴、内海智博、河村葵、長尾賢太郎、松井健太郎、江藤太亮、Srishti Tripathi、北村真吾、松田陽子、伊藤正哉、中島聡美、栗山健一、吉池卓也. 死別後の悲嘆における喪失回避と睡眠持続性の関連. 日本睡眠学会第 48 回定期学術集会 2024 年 7 月 18-19 日 (神奈川)
- 11) 松井健太郎、志村哲祥、駒田陽子、岡島義、橋本英樹、大橋由基、尾崎章子、栗山健一. 一般勤労者の平日の睡眠時間短縮に寄与する要因の縦断的検討. 日本睡眠学会第 48 回定期学術集会 2024 年 7 月 18-19 日 (神奈川)
- 12) 松島舜、松井健太郎、河村葵、吉池卓也、都留あゆみ、長尾賢太郎、内海智博、伊豆原宗人、木附隼、羽澄恵、北村真吾、栗山健一. 睡眠障害外来における RBDSQ の臨床的有用性と偽陽性に関する検討. 日本睡眠学会第 48 回定期学術集会 2024 年 7 月 18-19 日 (神奈川)
- 13) 内海智博、吉池卓也、松井健太郎、河村葵、長尾賢太郎、羽澄恵、佐藤典子、栗山健一. Comorbid insomnia and sleep apnea (COMISA) の病態と白質変性との関連. 日本睡眠学会第 48 回定期学術集会 2024 年 7 月 18-19 日 (神奈川)
- 14) 伏見もも、河村葵、内海智博、吉池卓也、松井健太郎、都留あゆみ、伊豆原宗人、有竹清夏、栗山健一. 日本人における不溶性食物繊維摂取と睡眠休養感の関連. 日本睡眠学会第 48 回定期学術集会 2024 年 7 月 18-19 日 (神奈川)
- 15) 内海智博、吉池卓也、松井健太郎、河村葵、長尾賢太郎、都留あゆみ、木附隼、羽澄恵、佐藤典子、栗山健一. Comorbid insomnia and sleep apnea (COMISA) の病態と白質変性との関連. 第 120 回日本精神神経学会学術集会 2024 年 6 月 20-22 日 (北海道)
- 16) 海智博、吉池卓也、河村葵、松井健太郎、栗山健一. 労働世代における週末の寝だめと死亡転帰の関連 (縦断的検討). 6NC リトリート 2024 年 4 月 13 日 (東京)

H. 知的財産権の出願・登録状況

(予定を含む)

1. 特許取得
なし
2. 実用新案登録
なし
3. その他
なし

令和6年度厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）
睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価
手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発（24FA1001）
研究分担報告書

睡眠時間・睡眠休養感の確保のためのAPI・アプリ開発に関する研究

研究分担者	尾崎 章子	東北大学大学院医学系研究科老年・在宅看護学分野 教授
	佐伯 圭吾	奈良医科大学疫学・予防医学講座 教授
	駒田 陽子	東京科学大学リベラルアーツ研究教育院 教授
	志村 哲祥	東京医科大学睡眠学講座 客員教授
	橋本 英樹	株式会社プロアシスト 新事業開発部 部長
	栗山 健一	国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 部長
研究協力者	松井健太郎	国立精神・神経医療研究センター病院 臨床検査部 医長
	大橋 由基	洛和会音羽リハビリテーション病院 訪問看護ステーション 副所長

研究要旨

適切な睡眠時間（床上時間）および睡眠休養感ならびにそれらの確保に影響する就寝環境・生活環境を客観的に評価する手法の開発を目指し、①睡眠評価アルゴリズムが組み込まれたWeb API サーバーの基盤構築と、睡眠データを入力することで個人に必要な対策が還元できるAPIを開発し、②①のアプリの活用による行動変容関連項目とアプリの有用性・実行性評価に関する項目の検討を行った。

API・アプリ開発については、市販のウェアラブルデバイスについて測定可能項目、デバイスメーカー提供のソフトウェア/サーバー以外での計測データ利用可否とその精度、導入コスト等を調査し、実証研究に用いるデバイスを選定した。さらに、スマートフォンに標準搭載されているセンサから得られるデータも活用することとした。スマートフォンおよびウェアラブルデバイスのメーカーが提供するサーバーを中継して公的管理が可能なクラウドシステムのデータベースに睡眠・生活習慣データを集約・保存する方式の検討を行い、仕様を決定し設計・実装した。

上記のアプリの有用性・実行性評価項目の中に、アプリを用いた睡眠改善行動に関する自己効力感および、アプリの活用度やアプリ活用による睡眠健康改善への期待度を採用する方針を提案した。

A. 研究目的

API・アプリ開発チーム（尾崎、佐伯、駒田、志村、橋本、栗山）では、適切な睡眠時間（床上時間）および睡眠休養感を確保するために適した就寝環境・生活環境を評価・担保する手法の開発を目指している。具体的には、①睡眠評価アルゴリズムが組み込まれたWeb APIサーバーの基盤構築と、睡眠データを入力することで、個人に必要な対策が還元できるAPIを開発し、②①のアプリの活用による成果を評価するための、行動変容関連項目とアプリの有用性・実行性評価に関する項目の検討を行った。

1. API・アプリ開発

令和5年度にプロトタイプ版を構築した睡眠チェックシートのデジタル版プラットフォームを拡張し、市販のウェアラブルデバイスによって計測された客観的な睡眠データを活用する機能を加える。デジタル版プラットフォームのWeb APIとデータベースを、公的管理が可能なクラウドシステムとして整備する。このクラウドシステムと連動するスマートフォンアプリを開発し、ユーザーが入力する主観的な睡眠・生活習慣状況とウェアラブルデバイスを用いた計測による客観的な睡眠データの両方を用いた睡眠健康評価および

睡眠保健指導を実現する。

2. 行動変容関連項目とアプリの有用性・実行性評価項目の検討

前述のプラットフォームを利用することで得られる成果を評価するために、行動変容やプログラムの有用性・実行性評価に関連する文献等を調査し、研究者間で意見交換を行った。

B. 研究方法

1. API・アプリ開発

市販のウェアラブルデバイスについて、測定可能項目、デバイスメーカー提供のソフトウェア／サーバー以外での計測データ利用可否とその精度、導入コスト等を調査し、実証研究に用いるデバイスを選定する。

スマートフォンおよびウェアラブルデバイスのメーカーが提供するサーバーを中継してクラウドデータベースに睡眠・生活習慣データを集約・保存する方式の検討を行い、仕様を決定し設計・実装する。

2. 行動変容関連項目とアプリの有用性評価項目の検討

行動変容ならびにアプリの有用性をどのように評価するか、関連する文献等を基に項目抽出に関する議論を行う。

倫理面への配慮

本システム開発自体は人を対象とした研究ではない。

C. 研究結果

1. API・アプリ開発

将来的には特定のベンダーのデバイスやシステムに限定しない汎用的な構成の実現が必要となるが、令和7年度に実施予定の実証研究に用いる構成として、Google社のFitbitとツリーベル社のセンサデータ集約システムの採用を提案した。ツリーベル社はスマートフォン標準搭載センサを用いて入眠・起床等を検出するアプリケーション技術も保有しており、その技術も活用することを提案した。

実証研究用システムとして、ウェアラブルデバイス、スマートフォンアプリ、中継サーバー、研究用サーバーが連動するシステムを構築した。

スマートフォンアプリは、ツリーベル社のフレームワークをベースに開発し、ウェアラブルデバイスからの睡眠データの取得、睡眠日誌の作成、中継サーバーへのデータ送信の機能を実装した。

中継サーバーには、Google社のサーバー経由でFitbitデータを取得し、スマートフォンから送られる睡眠データを集約し、集約したデータを研究用サーバーへ転送する機能を実装した。

研究用サーバーには、令和5年度にプロトタイプ版を構築した睡眠チェックシートのデジタル版プラットフォームを拡張し、ユーザーが入力する主観データとウェアラブルデバイスからの客観データを受信し保健指導アドバイスを返信するWeb APIとデータベースを構築した。

2. 行動変容関連項目とアプリの有用性・実行性評価項目の検討

1) 自己効力感（セルフエフィカシー）

睡眠に関する適切な支援を提供するためには、睡眠習慣とともに、睡眠に影響する行動や習慣（睡眠衛生）の実践状況についても把握する必要がある。

行動変容とは、「健康の維持と増進のために行動を望ましいものに改善する」と定義されている。具体例としては、①今までに経験したことのない行動を新たに始めること、②かつて経験したことのある行動を再開すること、③好ましくない行動をやめること、④行動を修正すること、⑤これら4つを継続すること、より構成される（津田，2019）。

行動変容には多くの要因が複雑に関連しているが、行動変容の機序に関する理論のひとつに統合モデルがある（Montano et al, 2008）。統合モデルでは、主に改善を期待する行動Xについて、態度（Attitude）、規範（Perceived Norm）、個人の力量（Personal agency）が醸成され、改善の意図（Intention to perform the behavior）が高まることで、改善のための行動（Behavior）が生まれる。態度や規範は、長きに渡り個々が生きた時代や社会の中で、価値、信念から醸成される（Ohashi et al, 2017）。

一方、個人の力量は、自己効力感と行動制御から成る（Bandura, 2006）。行動制御は、様々な環境要因がその行動の実行を容易にするのか困難にするのかについての個人の認識の程度によって決

まる。自己効力感は、さまざまな障壁や課題に直面してもその行動を実行できる能力に対する自信の度合い、つまり、目標を達成するための能力を自らが持っていることと認識することを指す (Bandura, 1997)。そこで、実証研究では、まずアプリケーションに表示されたアドバイスを実際に実践できる自信の度合い (自己効力感) を評価する方針を提案した。

【質問項目】

○アプリを用いて睡眠改善行動が実践できている程度 (セルフエフィカシー)

「よい睡眠をとるために、表示されたアドバイス (睡眠改善行動) をどの程度実践 (実行) できると思いますか？」

1. 実践できる
2. やや (ある程度) 実践できる
3. あまり実践できない
4. まったく実践できない

2) アプリケーションの有用性

アプリケーションの有用性評価として、①行動変容ツールとしてのアプリケーションの活用度、②アプリケーション活用による睡眠健康の改善への有用性 (期待) を評価する方針とした。①の活用度は、アプリケーションの活用のし易さも反映している。また、自由記載欄を設けその理由を問うことで、今後のアプリケーションの改善や行動変容プログラムの検討に役立てる方針とした。

【質問項目】

○アプリの有用性

このアプリを使い続けたいですか？

1. そう思う
2. ややそう思う
3. あまりそう思わない
4. そう思わない

その理由 ()

○アプリ活用による睡眠健康改善への有用性

このアプリを使い続けることで、睡眠の改善に役立つと思いますか？

1. そう思う
2. ややそう思う
3. あまりそう思わない
4. そう思わない

その理由 ()

D. 考察

1. API・アプリ開発

令和7年度の実証研究に絞った設計・実装を行

なった。今後は実証研究で得られたデータ・知見を反映したシステム改良と汎用性の向上が課題となる。

2. 行動変容関連項目とアプリの有用性・実行性評価項目の検討

自己効力感はアプリを活用し、アドバイス (睡眠改善行動) が実践 (実行) できると思う程度を問うものである。実際の実践 (実行) 状況と突合することで、どのような人にとってどのような項目が実践しやすい (しにくい) のか、詳細な分析が可能となる。

アプリの有用性・実行性を評価する目的としては、①国民が自発的に本アプリをダウンロードして活用してもらうための評価と、②国民の睡眠健康のために活用してもらうための評価が考えられる。①本アプリを使い続けたいと思うか、すなわち使用継続の有用性については、本研究で開発したアプリのアクセシビリティを問うことで、どのような機能や設計が効果的であるか、今後の改善・改良への示唆が得られると考えられる。②アプリ活用による睡眠健康改善への有用性に関しては、例えば睡眠の重要性を理解していても実際には改善行動がとれない人々への行動変容の促進に有用であったかを評価することが可能となる。

E. 結論

ユーザーが入力する主観的な睡眠・生活習慣状況とウェアラブルデバイスを用いた計測による客観的なデータの両方を用いた睡眠評価および睡眠保健指導を可能とするスマートフォンアプリを開発した。

アプリの有用性を科学的に評価することは根拠に基づいた健康支援の展開に不可欠である。今後、実証研究によってアプリの有用性・実行性が示されれば、活用を促進するための制度設計などに活用する展開が期待できる。

F. 研究発表

1. 論文発表

Mitsui K, Saeki K, Sun M, Yamagami Y, Tai Y, Obayashi K. Effects of a violet-excitation light-emitting diode on melatonin secretion and sleepiness: preliminary findings from a randomized controlled trial. J Clin Sleep

Med. 2024;20(1):101-9.
Obayashi K, Saeki K, Tai Y, Yamagami Y, Esaki Y, Yoshikawa T, Sugie K, Kataoka H. Daily light exposure profiles and the association with objective sleep quality in patients with Parkinson's disease: The PHASE study. Sleep. 2024;47(8).
Tomioka K, Shima M, Saeki K. Prevalence of nonrestorative sleep before and during the COVID-19 pandemic: based on a nationwide cross-sectional survey among Japanese in 2019 and 2022. Environ Health Prev Med. 2025;30:6.
Sato N, Matsui K, Arakida M, Akaho R, Nishimura K, Nomura T. Correlations between clinical insomnia and psychophysiological factors in postoperative patients discharged from the ICU: A cross-sectional study. PCN Rep. 2025 Mar 20;4(1):e70081.

2. 学会発表

Kentaro Matsui, Akiyoshi Shimura, Yoko Komada, Isa Okajima, Hideki Hashimoto, Yuki Ohashi, Akiko Ozaki, Kenichi Kuriyama. Longitudinal study of factors contributing to shorter weekday sleep duration in general workers. The 27th Congress of the European Sleep Research Society. 2024年9月24日 Seville
佐伯圭吾. 睡眠ガイド利用の促進とその有効性に関する縦断研究の立案. 日本睡眠学会第48回定期学術集会 202/7/19 横浜
駒田陽子. 子どものスリープヘルスの社会実装に向けて. 日本睡眠学会第48回定期学術集会 特別企画 Pediatric Sleep Health. 2024/7/18-19 横浜
志村哲祥. 慢性不眠症に対する各種治療法の実力を考える - 睡眠衛生指導. 日本睡眠学会第48回定期学術集会 2024年7月18日 横浜
志村哲祥. ウェアラブルデバイス等を活用した睡眠ガイド2023の強化・発展. 日本睡眠学会第48回定期学術集会 2024年7月19日 横浜
松井健太郎, 志村哲祥, 駒田陽子, 岡島義, 橋本英樹, 大橋由基, 尾崎章子, 栗山健一. 一般勤労者の平日の睡眠時間短縮に寄与する要因の縦断的検討. 日本睡眠学会第48回定期学術集会. 2024/7/18-19 横浜
松井健太郎, 吉池卓也, 河村葵, 長尾賢太郎, 内海智博, 羽澄恵, 伊豆原宗人, 木附隼, 松島舜, 北村真吾, 栗山健一. 睡眠に関するオンラインでの啓発活動において「ながら視聴」が睡

眠習慣改善に及ぼす影響. 不眠研究会 第40回研究発表会. 2024/11/30
山上優紀, 大林賢史, 田井義彬, 奥村和生, 佐伯圭吾. 夜間室内騒音と夜間血圧の関係: 平城京スタディ横断分析. 第95回日本衛生学会学術総会 2025/3/20 埼玉
大滝直人, 田井義彬, 山上優紀, 大林賢史, 佐伯圭吾. 食事撮影記録で把握した夜間絶食時間と筋力・骨格筋量との負の横断関連. 第95回日本衛生学会学術総会 2025/3/20 埼玉
尾崎章子. 睡眠医療における多職種専門性と連携強化. 日本睡眠学会第48回定期学術集会. 2024/7/18-19 横浜
李佳, 中本五鈴, 清水恵, 尾崎章子. 認知症療養者の就労家族介護者の睡眠休養感. 日本睡眠学会第48回定期学術集会. 2024/7/18-19 横浜
中本五鈴, 李佳, スズマ, 清水恵, 尾崎章子. 在宅で暮らす認知症者の就労家族介護者における睡眠と介護・仕事役割間葛藤の因果関係. 第28回日本在宅ケア学会学術集会. 2024/8/24-25 鎌倉
清水恵, 中本五鈴, 河田萌生, 服部ゆかり, 板橋みずほ, 伊東美緒, 内田陽子, 大橋由基, 脇山恵里那, 志賀悠, 杉本健太郎, 鈴木峰子, 杉本知子, 其田貴美枝, 東山公美, 平尾由美子, 藤本遼, 南琴子, Qi Lin, Shao Xinxia, 河野光伸, 榎本雪絵, 亀井智子, 尾崎章子. 認知機能低下のある高齢者の睡眠改善への光に関する介入の効果: システムティックレビューとメタアナリシス, 第28回日本在宅ケア学会学術集会. 2024/8/24-25 鎌倉

3. 総説

駒田陽子, 志村哲祥. 「睡眠と概日リズム」 医学のあゆみ 2025 vol. 292(10), 819-824
駒田陽子. 「看護に活かす睡眠マネジメント」 日本看護評価学会誌 2024 vol. 14(1), 38-44
駒田陽子. 「スマートフォンと睡眠の問題」 思春期学 2024 vol. 42(3), 388-392
駒田陽子. 「適切な眠りとは何か? 不適切な眠りのデメリットとは?」 小児内科 2024 56(8), 1167-1172
尾崎章子. 健康日本21(第三次)休養・睡眠について 健康づくり 2024 vol. 555, 10-13

II. 知的財産権の出願・登録状況 (予定を含む)

1. 特許取得
なし

2. 実用新案登録
なし

3. その他
なし

研究成果の刊行に関する一覧表

書籍

著者氏名	論文タイトル名	書籍全体の編集者名	書 籍 名	出版社名	出版地	出版年	ページ
吉池卓也.	情動処理	日本睡眠学会編	睡眠学の百科事典	丸善出版	東京	2024	138-139
長尾賢太朗, 吉池卓也.	断眠療法	日本睡眠学会編	睡眠学の百科事典	丸善出版	東京	2024	366-367
井谷修.	Ⅱ-①-6_青年期・壮年期(おおよそ大学卒以降から就労世代) Ⅲ-①-12_不眠と疾病	日本睡眠学会	睡眠学の百科事典	丸善出版	東京	2024	18-19, 28-29
三島和夫.	第6部 知っておきたい精神疾患 各論4: 不眠障害(不眠症)	尾崎紀夫	特集よくわかる! 精神疾患対応これ1冊 —内科医と精神科医の連携のために	診断と治療社	東京	2024	230-237
三島和夫.	抗不安薬, 睡眠障害治療薬	福井次矢, 高木誠, 小室一成	今日の治療指針2024年版	株式会社医学書院	東京	2024	1036-1045
竹島正浩.	リルマザホン塩酸塩	岩波明	精神科のくすりポイントチェックBOOK	照林社	東京	2024	20-21
竹島正浩.	フルニトラゼパム	岩波明	精神科のくすりポイントチェックBOOK	照林社	東京	2024	22-23
竹島正浩.	トリアゾラム	岩波明	精神科のくすりポイントチェックBOOK	照林社	東京	2024	24-25
角谷寛.	睡眠とメンタルヘルスの関係とその評価手法	株式会社技術情報協会	生体センシング技術の開発とヘルスケア, 遠隔診断への応用	株式会社技術情報協会	東京	2024	333-337
有竹清夏.	睡眠中の時間知覚	日本睡眠学会(編)	睡眠学の百科事典	丸善出版	東京	2024	298-299

有竹清夏.	パートナー(家族・同居人等も含めて)	日本睡眠学会(編)	睡眠学の百科事典	丸善出版	東京	2024	242-243
尾崎章子.	高齢者の睡眠	山本隆一郎, 坂田正嗣, 中島俊, 田中春仁	対人援助職に知ってほしい睡眠の基礎知識	岩崎学術出版社	東京	2024	63-68

雑誌

発表者氏名	論文タイトル名	発表誌名	巻号	ページ	出版年
Matsui K, Usui A, Takei Y, Kuriyama K, Inoue Y.	Sleep schedules and MSLT-based diagnosis of narcolepsy type 2 and idiopathic hypersomnia: Exploring potential associations in a large clinical sample.	J Sleep Res	12	e14402	2024
Kuriyama K.	Social determinants of sleep quality: association between sleep quality and living environment among older individuals.	Sleep Biol Rhythms	22(3)	301-302	2024
Izuhara M, Matsui K, Okubo R, Yoshiike T, Nagao K, Kawamura A, Tsuru A, Utsumi T, Hazumi M, Sasaki Y, Takeda K, Komaki H, Oi H, Kim Y, Kuriyama K, Miyama T, Nakagome K.	Association of COVID-19 preventive behavior and job-related stress with the sleep quality of healthcare workers one year into the COVID-19 outbreak: a Japanese cross-sectional survey.	Biopsychosoc Med	18	8	2024
Hazumi M, Kawamura A, Yoshiike T, Matsui K, Kitamura S, Tsuru A, Nagao K, Ayabe N, Utsumi T, Izuhara M, Shinozaki M, Takahashi E, Fukumizu M, Fushimi M, Okabe S, Eto T, Nishi D, Kuriyama K.	Development and validation of the Japanese version of the Bedtime Procrastination Scale (BPS-J).	BMC Psychol	12	1	2024

Nakajima S, Otsuka Y, Kaneita Y, Itani O, Kuwabara Y, Kinjo A, Minobe R, Maesato H, Higuchi S, Kanda H, Yonoshimoto H, Jike M, Kasuga H, Ito T, Osaki Y.	Association between alcohol use patterns and insomnia symptoms or poor sleep quality among adult women: an Internet survey in Japan.	Clocks & Sleep	7	5	2024
Ukai M, Hida A, Kitamura S, Inoue Y, Mishima K.	Circadian clock gene variants in two Japanese families with familial advanced sleep phase.	Sleep	48(3)	zsae309	2024
Uchiyama M, Mishima K, Yagi T, Yoshihara T, Efto T, Muehlhan C, Togo O, Inoue Y.	Pharmacokinetics, safety, and efficacy of daridorexant in Japanese subjects: Results from phase 1 and 2 studies.	J Sleep Res	34(1)	e14302	2024
Tanaka-Mizuno S, Fujimoto K, Mishima K, Sakata Y, Fukasawa T, Mizuno K, Yoshida S, Ishii M, Taninaga T, Kubota N, Molin e M, Kawakami K.	Evaluation of prescribing patterns of switching to and addition of lemborexant in patients treated with hypnotic medication: a nationwide claims database study in Japan.	Expert Opin Pharmacother	25	1707-1716	2024
Takekoshi M, Yoshizawa K, Ogasawara M, Kudo M, Itoh Y, Ayabe N, Mishima K.	Treatment Failure and Long-Term Prescription Risk for Guideline-Recommended Hypnotics in Japan.	JAMA Netw Open	7(4)	e246865	2024
Takekoshi M, Sakurai H, Inada K, Aoki Y, Ikegami K, Kise M, Yoshida E, Matsui K, Utsumi T, Shimamura A, Okajima I, Kotorii N, Yamashita H, Suzuki M, Kuriyama K, Shimizu E, Mishima K, Watanabe K, Takahesu Y.	Treatment strategies for insomnia in Japanese primary care physicians' practice: A Web-based questionnaire survey.	BMC Prim Care	25(1)	219	2024

Kudo M, Ayabe N, Takeshima M, Ogasawara M, Itoh Y, Yoshizawa K, Kitamura S, Mishima K.	Association between sleep state misperception and bedtime behavior in patients with chronic insomnia.	Sci Rep	14(1)	13991	2024
Takeshima M, Yoshizawa K, Ogasawara M, Kudo M, Itoh Y, Ayabe N, Mishima K.	Effects of policy interventions on psychotropic polypharmacy in Japanese older adults.	Psychogeriatrics	24(5)	1176-1179	2024
Komatsu M, Takeshima M, Yoshizawa K, Ogasawara M, Kudo M, Miyakoshi E, Itoh Y, Shibata N, Ayabe N, Mishima K.	Association between polypharmacy and the long-term prescription of hypnotics in Japan: a retrospective cross-sectional study.	Front Psychiatry	15	1471457	2024
Kadotani H.	Iris color and autonomic nerve activity.	Sleep Biol Rhythms	22(2)	161	2024
Morita E, Kadotani H, Yamada N, Sasakabe T, Kawai S, Naito M, Tamura T, Wakai K.	The inverse association between the frequency of forest walking 2 (Shinrin-yoku) and the prevalence of insomnia in the general 3 Japanese population: J-MICC Dai-ko Study.	Int J Environ Res Public Health	21(3)	350	2024
BaHammam AS, Al-Aabri MA, Rashid RA Amra B, Owaidat KA, Joey W.Y. Chan JWY, Chen NH, Chirakalwasan N, Dizon J, Gupta R, Duong-Quy S, Han F, Hong SB, Jihui Z, Jahrami H, Jamil MG, Jung KY, Kadotani H, Leow LC, Lee PL, Shin WC, Xu L, Wing YK, Inoue Y, the Asian Society of Sleep Medicine Research Group.	Mapping the Landscape of Sleep Medicine Training Across Asia.	J Clin Sleep Med	20(10)	1647-1656	2024

Miyaguchi R, Masuda F, Sumi Y, Kadotani H, Ozeki Y, Banno M, Kuniyoshi Y.	Prevalence of depression or depressive symptoms in patients with restless legs syndrome: A systematic review and meta-analysis.	Sleep Med Rev	77	101975	2024
Date S, Sumi Y, Fujiwara K, Imai M, Ogawa K, Kadotani H.	Polysomnographic features prior to dream enactment behaviors in isolated rapid eye movement sleep behavior disorder.	Clin Neurophysiol	166	74-86	2024
Saeda S, Sumi Y, Fujiwara K, Kadotani H.	Blunted tachycardia and cardiac sympathetic denervation in isolated rapid eye movement sleep behavior disorder.	BMC Neurology	24(1)	317	2024
日本神経治療学会ガイドライン統括委員会.	標準的神経治療: Restless legs 症候群診療ガイドライン(2024).	神経治療学	41(2)	2-129	2024
角谷寛.	セミナーノート 入口と出口を見据えた不眠症治療戦略 アフタヌーンセミナー.	大津医師会誌	47(3)	49-52	2024
角谷寛.	特定非営利活動法人日本睡眠歯科学会 本年度のトピックス.	日歯医学会雑誌	43	107	2024
角谷寛.	第63回近畿産業衛生学会優秀演題賞を受賞して.	産業衛生学会近畿地方会ニュース	130	8	2024
角谷寛.	睡眠関連呼吸障害群の検査.	精神医学	66(5)	601-604	2024
角谷寛.	睡眠時無呼吸の検査・スクリーニング.	医学のあゆみ	291(4)	258-260	2024
角谷寛.	高齢労働者の睡眠問題.	産業医学ジャーナル	47(6)	76-79	2024
Iijima R, Kadooka A, Sugawara K, Fushimi M, Hirose M, Aritake S, Okada S.	Subjective sleep onset latency is influenced by sleep structure and body heat loss in human subjects.	J Sleep Res	33(5)	1-12	2024
Uji M, Li X, Satotome A, Katsumata R, Waggoneer A, Suzuki C, Ueno K, Aritake S, Tamaki M.	Human deep sleep facilitates faster cerebrospinal fluid dynamics linked to brain oscillations for sleep homeostasis and memory.	bioRxiv		https://doi.org/10.1101/2024.08.30.610454	2024

Mitsui K, Saeki K, Sun M, Yamagami Y, Tai Y, Obayashi K.	Effects of a violet-excitation light-emitting diode on melatonin secretion and sleepiness: preliminary findings from a randomized controlled trial.	J Clin Sleep Med	20	101-109	2024
Obayashi K, Saeki K, Tai Y, Yamagami Y, Esaki Y, Yoshikawa T, Sugie K, Kataoka H.	Daily light exposure profiles and the association with objective sleep quality in patients with Parkinson's disease: The PHASE study.	Sleep	47	zsae036	2024
Tomioka K, Shimada M, Saeki K.	Prevalence of nonrestorative sleep before and during the COVID-19 pandemic: based on a nationwide cross-sectional survey among Japanese in 2019 and 2022.	Environ Health Prev Med	30	6	2025
Sato N, Matsui K, Arakida M, Akaho R, Nishimura K, Nomura T.	Correlations between clinical insomnia and psychophysiological factors in postoperative patients discharged from the ICU: A cross-sectional study.	PCN reports	20	e70081	2025
駒田陽子, 志村哲祥.	睡眠と概日リズム.	医学のあゆみ	292(10)	819-824	2025
駒田陽子.	看護に活かす睡眠マネジメント.	日本看護評価学会誌	14(1)	38-44	2024
駒田陽子.	スマートフォンと睡眠の問題.	思春期学	42(3)	388-392	2024
駒田陽子.	適切な眠りとは何か？ 不適切な眠りのデメリットとは？	小児内科	56(8)	1167-1172	2024
尾崎章子.	健康日本21(第三次)休養・睡眠.	健康づくり	555	10-13	2024
Yamada K, Kaneko Y, Konno C, Furuhata R, Otsuka Y, Kaneita Y, Uchiyama M, Suzuki M.	Associations between nonrestorative sleep and suicidal ideation: A Japanese general population survey.	Sci Rep	15	4582	2025

厚生労働大臣
(国立医薬品食品衛生研究所長) 殿
(国立保健医療科学院長)

機関名 国立研究開発法人
国立精神・神経医療研究センター

所属研究機関長 職 名 理事長

氏 名 中込 和幸

次の職員の（令和）6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 部長
(氏名・フリガナ) 栗山 健一 (クリヤマ ケンイチ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	国立精神・神経医療研究センター 倫理委員会	<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称：)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関：)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容：)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

令和7年3月26日

厚生労働大臣
(国立医薬品食品衛生研究所長) 殿
(国立保健医療科学院長)

機関名 国立研究開発法人
国立精神・神経医療研究センター

所属研究機関長 職 名 理事長

氏 名 中込 和幸

次の職員の（令和）6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) 精神保健研究所 睡眠・覚醒障害研究部 精神生理機能研究室長
(氏名・フリガナ) 吉池 卓也 (ヨシイケ タクヤ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	国立精神・神経医療研究センター 倫理委員会	<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称：)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関：)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容：)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

令和7年3月26日

厚生労働大臣
(国立医薬品食品衛生研究所長) 殿
(国立保健医療科学院長)

機関名 国立精神・神経医療研究センター
所属研究機関長 職名 理事長

氏名 中込 和幸

次の職員の(令和)6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) 病院 臨床研究・教育研修部門 情報管理・解析部 生物統計解析室長
(氏名・フリガナ) 大庭 真梨 (オオバ マリ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入(※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査(※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針(※3)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	国立精神・神経医療研究センター	<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他(特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣 殿

機関名 日本大学医学部

所属研究機関長 職 名 医学部長

氏 名 木下 浩作

次の職員の令和6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
2. 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
3. 研究者名 (所属部署・職名) 医学部 教授
(氏名・フリガナ) 兼板 佳孝 (カネイタ ヨシタカ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称：)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関：)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容：)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣
(国立医薬品食品衛生研究所長) 殿
(国立保健医療科学院長)

機関名 日本大学医学部

所属研究機関長 職 名 医学部長

氏 名 木下 浩作

次の職員の(令和)6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) 医学部・教授
(氏名・フリガナ) 鈴木正泰・スズキマサヒロ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入(※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査(※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針(※3)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他(特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣 殿

機関名 国際医療福祉大学

所属研究機関長 職 名 学長

氏 名 鈴木 康裕

次の職員の（令和）6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) 医学部公衆衛生学・教授
(氏名・フリガナ) 井谷 修・イタニ オサム

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称：)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関：)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容：)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣 殿

機関名 国立大学法人東北大学

所属研究機関長 職名 総長

氏名 富永 悌二

次の職員の令和6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

2. 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発

3. 研究者名 (所属部署・職名) 大学院医学系研究科・教授

(氏名・フリガナ) 尾崎 章子・オザキ アキコ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称：)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関：)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (有の場合はその内容：研究実施の際の留意点を示した。)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

2025 年 3 月 25 日

厚生労働大臣
(国立医薬品食品衛生研究所長) 殿
(国立保健医療科学院長)

機関名 北里大学
所属研究機関長 職 名 学長
氏 名 砂塚 敏明

次の職員の(令和)6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) 大学院 医療系研究科 教授
(氏名・フリガナ) 田中 克俊 (タナカ カツシ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入(※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査(※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針(※3)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	国立精神神経医療研究センター	<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること(指針の名称:)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他(特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣 殿

機関名 公立大学法人奈良県立医科大学

所属研究機関長 職名 理事長

氏名 細井 裕司

次の職員の令和6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

2. 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発

3. 研究者名 (所属部署・職名) 疫学・予防医学講座・教授

(氏名・フリガナ) 佐伯 圭吾 (サエキ ケイゴ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣 殿

機関名 国立大学法人秋田大学

所属研究機関長 職 名 学長

氏 名 南谷 佳弘

次の職員の令和6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) 大学院医学系研究科・教授
(氏名・フリガナ) 三島 和夫 (ミシマ カズオ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称：)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関：)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容：)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣 殿

機関名 国立大学法人秋田大学

所属研究機関長 職名 学長

氏名 南谷 佳弘

次の職員の令和6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) 大学院医学系研究科・准教授
(氏名・フリガナ) 竹島 正浩 (タケシマ マサヒロ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称：)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関：)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容：)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣
(国立医薬品食品衛生研究所長) 殿
(国立保健医療科学院長)

機関名 国立大学法人滋賀医科大学

所属研究機関長 職名 学長

氏名 上本 伸二

次の職員の(令和)6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) 精神医学講座・特任教授
(氏名・フリガナ) 角谷 寛・カドタニ ヒロシ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入(※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査(※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針(※3)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他(特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣
(国立医薬品食品衛生研究所長) 殿
(国立保健医療科学院長)

機関名 埼玉県立大学

所属研究機関長 職名 学長

氏名 林 裕栄

次の職員の(令和)6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) 保健医療福祉学部 教授
(氏名・フリガナ) 有竹 清夏 (アリタケ サヤカ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入(※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査(※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針(※3)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他(特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

2025年3月18日

厚生労働大臣
(国立医薬品食品衛生研究所長) 殿
(国立保健医療科学院長)

機関名 東京科学大学

所属研究機関長 職 名 理事長

氏 名 大竹 尚登

次の職員の(令和)6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) リベラルアーツ研究教育院・教授
(氏名・フリガナ) 駒田陽子・コマダヨウコ

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入(※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査(※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針(※3)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	東京科学大学	<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他(特記事項)

(※2) 未審査に場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣

機関名 東京医科大学

所属研究機関長 職名 学長

氏名 宮澤 啓介

次の職員の令和6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

2. 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価
手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発

3. 研究者名 (所属部署・職名) 精神医学分野・客員准教授

(氏名・フリガナ) 志村 哲祥 (シムラ アキヨシ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	国立研究開発法人 国立精神・神経医療研究センター 倫理委員会	<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣 殿

機関名 国立大学法人東京大学

所属研究機関長 職名 学長

氏名 藤井 輝夫

次の職員の令和6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

1. 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
2. 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
3. 研究者名 大学院医学系研究科システムズ薬理学教室 教授
上田 泰己 (ウエダ ヒロキ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	東京大学	<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称:)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関:)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由:)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (有の場合はその内容:)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。

厚生労働大臣 殿

機関名 株式会社プロアシスト

所属研究機関長 職 名 代表取締役社長

氏 名 阪田 敦視

次の職員の（令和）6年度厚生労働科学研究費の調査研究における、倫理審査状況及び利益相反等の管理については以下のとおりです。

- 研究事業名 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業
- 研究課題名 睡眠時間・睡眠休養感の確保に影響する就寝環境・生活習慣の客観的評価手法および適切な睡眠取得のための介入・環境整備法の開発
- 研究者名 (所属部署・職名) 新事業開発部 部長
(氏名・フリガナ) 橋本 英樹 (ハシモト ヒデキ)

4. 倫理審査の状況

	該当性の有無		左記で該当がある場合のみ記入 (※1)		
	有	無	審査済み	審査した機関	未審査 (※2)
人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針 (※3)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	国立精神・神経医療研究センター倫理委員会	<input type="checkbox"/>
遺伝子治療等臨床研究に関する指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
厚生労働省の所管する実施機関における動物実験等の実施に関する基本指針	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
その他、該当する倫理指針があれば記入すること (指針の名称：)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

(※1) 当該研究者が当該研究を実施するに当たり遵守すべき倫理指針に関する倫理委員会の審査が済んでいる場合は、「審査済み」にチェックし一部若しくは全部の審査が完了していない場合は、「未審査」にチェックすること。

その他 (特記事項)

(※2) 未審査の場合は、その理由を記載すること。

(※3) 廃止前の「疫学研究に関する倫理指針」、「臨床研究に関する倫理指針」、「ヒトゲノム・遺伝子解析研究に関する倫理指針」、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に準拠する場合は、当該項目に記入すること。

5. 厚生労働分野の研究活動における不正行為への対応について

研究倫理教育の受講状況	受講 <input checked="" type="checkbox"/> 未受講 <input type="checkbox"/>
-------------	---

6. 利益相反の管理

当研究機関におけるCOIの管理に関する規定の策定	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (無の場合はその理由：営利企業のため)
当研究機関におけるCOI委員会設置の有無	有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> (無の場合は委託先機関：国立精神・神経医療研究センター)
当研究に係るCOIについての報告・審査の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (無の場合はその理由：)
当研究に係るCOIについての指導・管理の有無	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> (有の場合はその内容：)

(留意事項) ・該当する□にチェックを入れること。
・分担研究者の所属する機関の長も作成すること。