

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

適切な睡眠・休養促進に寄与する「新・健康づくりのための睡眠指針」と
連動した行動・習慣改善ツール開発及び環境整備

(21FA1002)

令和4年度 総括・分担研究報告書

研究代表者 栗山 健一

令和5(2023)年 3月