

日本学術会議・公開シンポジウムのお知らせ  
(共催：日本睡眠学会、日本時間生物学会)

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴うソーシャルディスタンス、休校、リモートワークなどのライフスタイルの変化により生じた睡眠パターンや生活リズムの変容と、その心理・社会・生物学的影響についてデータが集まりつつあります。その背景には、感染や社会状況に対する不安などの心理的側面に加えて、自粛生活や働き方の変化による生物時計の光同調（自然光や夜間照明）あるいは社会同調の減弱など、生体リズムそのものや睡眠調整機能の変調が関わっていると考えられています。本シンポジウムでは、現在明らかになっている情報をもとに、コロナ禍で生じた問題点、ウィズコロナ・ポストコロナ社会を見据えた睡眠・生活リズムのあり方、さらにはその実践法について専門家のご意見を伺います。また、今後必要となる研究課題について生物リズム分科会として提言を行います。ぜひご視聴ください。

「ポストコロナ社会を見据えた睡眠・生活リズムのあり方～コロナ自粛から学ぶ～」

開催日 2021/8/28 (土) 13:30-16:00

場所：オンライン開催

HP：<http://www.sci.go.jp/ja/event/2021/313-s-0828.html>

(講演)

リモート社会と体のリズム

本間 さと先生 (日本学術会議連携会員、札幌花園病院睡眠医療センター長)

幼児を対象とする双方向性睡眠啓発アプリの社会実装の経験から

谷池 雅子先生 (大阪大学 連合小児発達学研究所教授)

一般生活者の生活リズムの変容について

駒田 陽子先生 (明治薬科大学 リベラルアーツ 准教授)

働き方に及ぼした光と影について

高橋 正也先生 (労働安全衛生総合研究所 過労死等防止調査研究センター長)

# ポストコロナ社会を見据えた 睡眠・生活リズムのあり方

～コロナ自粛から学ぶ～

令和3年

8月28日 土

13:30 ▶ 16:00

オンライン開催

開催の詳細については  
右記サイトから  
ご確認ください



## PROGRAM

(司会) 三島和夫 (日本学術会議連携会員・秋田大学大学院医学系研究科教授)

13:30 開会の挨拶  
深田吉孝 (日本学術会議第二部会員・日本時間生物学会理事長・東京大学大学院医学系研究科特任研究員)

講演

13:40 リモート社会と体のリズム  
本間さと (日本学術会議連携会員・札幌花園病院 睡眠医療センター長)

14:05 幼児を対象とする双方向性睡眠啓発アプリの社会実装の経験から  
谷池雅子 (大阪大学 連合小児発達学研究科教授)

14:30 一般生活者の生活リズムの変容について  
駒田陽子 (明治薬科大学 リベラルアーツ 准教授)

14:55 ~ 休憩 (10分)

15:05 働き方に及ぼした光と影について  
高橋正也 (労働安全衛生総合研究所 過労死等防止調査研究センター長)

指定発言

15:30 社会における睡眠・生活リズムの変化に対し睡眠医療が果たすべき役割  
内山 真 (日本睡眠学会理事長・東京足立病院院長)

15:35 今後の研究で求められること - 基礎研究の側面から -  
吉村崇 (日本学術会議連携会員・名古屋大学トランスフォーマティブ生命分子研究所教授)

まとめ

15:40 シンポジウムの総括  
三島和夫 (日本学術会議連携会員・秋田大学大学院医学系研究科教授)

15:50 閉会の挨拶  
尾崎紀夫 (日本学術会議会員第二部会幹事・名古屋大学大学院医学系研究科教授)

事前質問は  
こちらから



問い合わせ先： 公開シンポジウム「ポストコロナの睡眠・生活リズム」事務局  
E-mail: kokoro-res@med.akita-u.ac.jp

主催：日本学術会議 基礎生物学委員会・基礎医学委員会・臨床医学委員会・心理学・教育学委員会合同 生物リズム分科会  
共催：日本時間生物学会・日本睡眠学会