2022 年度 江戸川大学睡眠研究所年次報告

2023 年 10 月 1 日

I.　研究所の概要

I-1　目的

本研究所の規定には，研究所の目的として，睡眠に関する科学的知見の集積およびその普及が掲げられており，そのために具体的に遂行されるべき事項として，睡眠に関する研究，睡眠研究に関する外部機関との連携および共同研究，研究成果の発表等が挙げられている。（付録 1 睡眠研究所規程）

I-2　沿革

本研究所は 2012 年 4 月に「眠りの不思議を解き明かし，眠りをとおして社会に貢献する」という基本方針を掲げ，初代所長である高澤則美（現 江戸川大学名誉教授）を中心として発足した。その当時，「睡眠研究所」を設置している人文系大学は国内に存在しておらず，本研究所は人文系大学としては，国内初の睡眠研究所と考えられる。その後，以下の年表等に示すように，研究所独自の活動を積み重ねている。

年表

2012 年 4 月	江戸川大学睡眠研究所発足 所長: 高澤則美 研究員: 福田一彦，松田英子 客員教授: 白川修一郎，堀忠雄，杉田義郎，廣瀬一浩 客員研究員: 木暮貴政，松浦倫子，浅岡章一 主要設備: シールドルーム（C 棟 2F），汎用多チャンネルデジタル生体計測用アンプ（Polymate V　ミユキ技研）
2012 年 8 月	ひらめき☆ときめきサイエンス開催（以降，5 年連続） 客員研究員に望月芳子が加わる
2012 年 11 月	デジタル 64 チャンネル脳波計（Brain Products 社製 BrainAmp）導入
2013 年 4 月	浅岡章一が研究員となる
2013 年 8 月	ひらめき☆ときめきサイエンス開催
2013 年 9 月	第 1 回 すいみんの日 市民公開講座 開催（以降，2019 年まで毎年継続）
2014 年 8 月	ひらめき☆ときめきサイエンス開催
2014 年 9 月	第 2 回 すいみんの日 市民公開講座 開催
2015 年 3 月	松田英子が研究員より外れる（転出による）

2015 年 4 月	福田一彦が第 2 代所長に就任 高澤則美が研究員となる
2015 年 8 月	ひらめき☆ときめきサイエンス開催
2015 年 9 月	第 3 回 すいみんの日 市民公開講座 開催
2016 年 4 月	山本隆一郎が研究員となる
2016 年 8 月	ひらめき☆ときめきサイエンス開催
2016 年 9 月	第 4 回 すいみんの日 市民公開講座 開催
2017 年 2 月	汎用多チャンネルデジタル生体計測用アンプ（ミユキ技研製 Polymate V）を追加導入
2017 年 3 月	高澤則美が客員教授となる
2017 年 5 月	第 35 回日本生理心理学会大会開催
2017 年 9 月	第 5 回 すいみんの日 市民公開講座 開催
2017 年 10 月	研究所の定例会議（運営委員会）が始まる
2017 年 11 月	シンポジウム「眠育～次世代の健康・健やかな発達のための睡眠教育のあり方を考える～」を開催
2017 年 12 月	西村律子が研究員となる
2018 年 4 月	野添健太が睡眠研究所助教および研究員となる
2018 年 9 月	第 6 回 すいみんの日 市民公開講座 開催
2018 年 10 月	高校生のための心理学講座 開催
2019 年 1 月	B 棟 5F に実験室を移設（シールドルーム 2 部屋，防音室 4 部屋となる）
2019 年 9 月	第 7 回 すいみんの日　市民公開講座 開催
2019 年 10 月	第 1 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（はじめての R 講習会　演者: 愛知淑徳大学 平島太郎先生）
2020 年 1 月	第 2 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（江戸川大学睡眠研究所-パラマウントベッド社共同研究成果報告　演者: 野添健太）
2020 年 2 月	第 3 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（PsychoPy Builder & Pavlovia による Web ブラウザを用いた心理学実験　演者: 愛媛大学 十河宏行先生）
2020 年 4 月	『外出自粛中によい睡眠を確保するための 5 つのヒント』を公開 睡眠研究所規程を改訂
2020 年 9 月	原 真太郎が客員研究員となる
2020 年 10 月	『毎日しっかり眠って成績を伸ばす 合格睡眠』を学研プラス社から出版
2021 年 3 月	第 4 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（Web 開催）（初心者が教える初めての系統的レビュー・メタ分析　演者: 山本隆一郎） 第 5 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（Web 開催）（Web 実験実施のための Pavlovia の運用と活用　演者: 浅岡章一）

2021 年 6 月　　堀忠雄が客員教授より外れる（ご逝去による）

2021 年 8 月　　第 6 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（Web 開催）（睡眠研究所研究成果・研究計画発表会　演者: 福田一彦・浅岡章一・西村律子・山本隆一郎・野添健太）

2022 年 3 月　　第 7 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（Web 開催）（基礎知識 0 から始める R を用いた統計解析　演者: 山本隆一郎）

2022 年 4 月　　野添健太が研究所併任教員となる

2022 年 9 月　　奥山慎也が睡眠研究所助教および研究員となる

2022 年 9 月　　第 8 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（視線計測器講習会　―視線計測器を用いた研究方法とその手続き―　演者: 石橋美香子先生）

2022 年 11 月　　第 9 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（テロメアと認知機能の関連　―抗酸化物質がテロメアと認知機能の関連に与える効果―　演者: 奥山慎也）

2022 年 12 月　　『心理学と睡眠　睡眠研究へのいざない』を金子書房から出版

2023 年 3 月　　第 10 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（学内 Web サイト（エドクラテス）を通じた研究用ソフトウェア利用方法の情報共有について　演者: 浅岡章一・山本隆一郎）

I-3　組織（2022 年度）

研究所所長: 福田一彦（人間心理学科教授）

研究所次長: 浅岡章一（人間心理学科教授）

研究所併任教員: 西村律子（人間心理学科准教授），野添健太（人間心理学科講師），山本隆一郎（人間心理学科教授）

研究員: 奥山慎也（睡眠研究所助教）※

客員教授: 廣瀬一浩（慶愛病院院長），白川修一郎（睡眠評価研究機構代表），杉田義郎（大阪大学名誉教授），高澤則美（江戸川大学名誉教授）

客員研究員: 原真太郎（京都橘大学健康科学部心理学科助教），木暮貴政（パラマウントベッド睡眠研究所所長），松浦倫子（北海道大学大学院学術研究員），望月芳子（江戸川大学人間心理学科非常勤講師）

※　2022 年 9 月より

II.　運営委員会

II-１　概要

睡眠研究所の規定に則り，本研究所の運営方針及び事業計画は運営委員会において議論のうえ決定されている。原則として運営委員会の委員長は所長が務め，委員は研究所次長，研究所併任教員，研究員となり，毎月開催されている。ただし，本年度は新型コロナ感染症の拡大防止の観点から，全ての運営委員会は Web 上の会議システム（Google Meet および Teams）を用いて行われた。

II-２　開催記録（2022 年度）

2022 年度	第 1 回運営委員会	（2022 年 4 月 8 日）
〃	第 2 回運営委員会	（2022 年 5 月 6 日）
〃	第 3 回運営委員会	（2022 年 6 月 3 日）
〃	第 4 回運営委員会	（2022 年 7 月 8 日）
〃	第 5 回運営委員会	（2022 年 8 月 2 日）
〃	第 6 回運営委員会	（2022 年 9 月 2 日）
〃	第 7 回運営委員会	（2022 年 10 月 7 日）
〃	第 8 回運営委員会	（2022 年 11 月 11 日）
〃	第 9 回運営委員会	（2022 年 12 月 2 日）
〃	第 10 回運営委員会	（2023 年 1 月 6 日）
〃	第 11 回運営委員会	（2023 年 2 月 3 日）
〃	第 12 回運営委員会	（2023 年 3 月 3 日）

III.　　研究活動

III-１　概要

2022 年度には，研究所の構成員それぞれが行う研究と並行して，2020 年度に研究所として学内研究助成を受けて立ち上げた組織的研究プロジェクトに継続的に取り組んだ。また，主たる研究業績として，2022 年度は，学術論文 5 本，学会発表 9 件，競争的研究資金獲得 7 件（継続含む）となった。また，2022 年度には研究に用いられる各種ソフトウェアに関する情報交換の活発化を目的として，教育改革推進経費の補助を受け，エドクラテス内に「研究関連ソフトウェア情報共有サイト」のコースを作成した。

III-２　学内研究助成研究プロジェクト

2022 年度には，2020 年度より継続して研究課題「大学生における睡眠習慣が大学生活に与える影響―縦断調査を用いた検討―」に学内研究助成の補助を受け睡眠研究所として継続的に取り組んだ。これは，本学大学生における睡眠習慣の変化を縦断的に調査し，大学生活に与える睡眠の影響を詳細に検討するとともに，学業に直接的に関わる変数のみならず，様々な認知機能や質問紙調査により測定される変数との関連を検討し，睡眠習慣の乱れが引き起こす問題を包括的に検討して行くための睡眠習慣データベースを構築していく事を目指したものであった。この取り組みは，本研究所の研究成果創出のみならず，本学学生の適切な睡眠習慣の確立や維持を通じて，学生の心身健康の維持や，退学・留年率の低減にも貢献するものと考えられる。2022 年度には，2021 年度と同様に前期および後期に各 1 回の調査を本学学生に対して実施した。さらに，2021 年度の調査結果を基に，研究成果を第 40 回日本生理心理学会大会・日本感情心理学会第 30 回大会合同大会にて発表した（浅岡章一・山本隆一郎・西村律子・野添健太・原真太郎・福田一彦　大学生における通常生活時の睡眠習慣が選択的注意機能に与える影響）。また，これを含む本学学生を対象とした睡眠習慣の状況把握およびその改善に関する各種取組に関して，日本睡眠学会第 47 回定期学術集会で報告を行った（浅岡章一「話題提供: 大学生の睡眠覚醒リズムの特徴とその影響」　大学生の睡眠問題とポストコロナ社会における対策）。

III-３　ソフトウェア利用方法情報共有のための学内 Web サイトの作成

近年，オープンソース言語での開発が進むフリーのソフトウェアが研究でも数多く用いられるようになってきた。その代表的なものとして，認知実験課題を作成するための PsychoPy や統計解析用の R studio などがある。これらのソフトウェアは，教育・研究において非常に有用ではあるものの，利用開始のハードルが高いのも事実である。そこで，2022 年度には，教員および学生によるそれらのソフトウェアの導入および利用を促進するための取組として，教育改革推進経費（2022 年度教育改革推進経費「ソフトウェア利用方法情報共有のための学内 Web サイトの作成」 代表者: 福田一彦）の補助を受け，これらのソフ

トウェア利用方法についての情報を共有し蓄積するWebサイトを学内のエドクラテス内に立ち上げるとともに，睡眠研究所学術フォーラムとしてWebサイトの内容に関する説明会をオンラインで実施した（第10回睡眠研究所学術フォーラム「学内Webサイト（エドクラテス）を通じた研究用ソフトウェア利用方法の情報共有について」2023/03/09）。

III-4　究成果一覧

著書

- 野添健太・福田一彦・木暮貴政・椎野俊秀・浅岡章一（2023）．第7章　電動ベッドによる体性／前庭刺激が覚醒後の眠気および主観的体験の記憶に及ぼす影響　シーエムシー出版（編）『眠りの科学とスリープテック』シーエムシー出版（Pp. 62-70）
- 山本隆一郎（2023）「3章　医療者が知っておくべき睡眠のトピックス 8. 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）と睡眠」岡靖哲（編）『jmedmook85 あなたも名医！ いま知っておきたい 現代の睡眠障害』日本医事新報社（Pp.153-159）
- 福田一彦・浅岡章一・山本隆一郎・西村律子・野添健太・原真太郎（2022）．江戸川大学睡眠研究所（編）『心理学と睡眠：睡眠研究へのいざない』 金子書房
- 浅岡章一（2022）．「1-Ⅱ-3. 睡眠時間（Pp.55-60）」 「Column 7. 大学生における睡眠習慣の乱れと大学適応との関連」 日本睡眠教育機構（監修）宮崎総一郎・林光緒・田中秀樹（編）『健康・医療・福祉のための睡眠検定ハンドブック up to date』 全日本病院出版会
- 福田一彦・岡部聡美（2022）.「第1編：睡眠研究　第2章：睡眠と脳科学　第2節：睡眠と夢と感情」田中秀樹・岩城達也・白川修一郎（編）『快眠研究と製品開発、社会実装：生体計測から睡眠教育、スリープテック、ウェルネス、地域創生まで』株式会社エヌ・ティー・エス（Pp.83-91）
- 浅岡章一（2022）.「第1編：睡眠研究　第4章：睡眠の質と生理反応　第5節：睡眠・生活リズムの急激な変化と学校・職場適応」田中秀樹・岩城達也・白川修一郎（編）『快眠研究と製品開発、社会実装：生体計測から睡眠教育、スリープテック、ウェルネス、地域創生まで』株式会社エヌ・ティー・エス（Pp.222-228）
- 山本隆一郎（2022）.「第1編：睡眠研究　第6章：解析/測定/睡眠の質評価技術　第5節　睡眠の質の主観的評価と客観的評価の乖離―入眠潜時評価に焦点を当てて」田中秀樹・岩城達也・白川修一郎（編）『快眠研究と製品開発、社会実装：生体計測から睡眠教育、スリープテック、ウェルネス、地域創生まで』株式会社エヌ・ティー・エス（Pp.307-316）
- 福田一彦（2022）．「1-Ⅱ-4. 睡眠の個人差（Pp.66-71）」「Column 4. 金縛りの研究（Pp.72-74）」日本睡眠教育機構（監修）宮崎総一郎・林光緒・田中秀樹（編）『健康・医療・福祉のための睡眠検定ハンドブック up to date』全日本病院出版会

学術論文

- 福田一彦（2022）. 日本生理心理学会の歩みと睡眠研究の動向と展望. 生理心理学と精神生理学, 40, 11-21.
- 福田一彦（2022）. 日本睡眠学会の子どもの睡眠に関する研究動向. 子どもと発育発達, 20, 208-210.
- Hamaura, K., Okuyama, S., Daimon, M. (2023). Association between equol producers and type 2 diabetes mellitus among Japanese older adults. Journal of Diabetes Investigation. doi: 10.1111/jdi.13995.
- Fukuda, K. (2023). Nap routine in Japanese nursery schools: developmental change of diurnal naps in children and their effects. 江戸川大学紀要, 33, 63-69.

学会発表

ポスター発表

- 浅岡章一・山本隆一郎・西村律子・野添健太・原真太郎・福田一彦　大学生における通常生活時の睡眠習慣が選択的注意機能に与える影響. 第 40 回日本生理心理学会大会・日本感情心理学会第 30 回大会合同大会，兵庫，2022 年 5 月 27～29 日
- 吉井瑛美・會退友美・赤松利恵・長谷川智子・福田一彦　母親の健康情報源の組み合わせ別の属性，ヘルスリテラシーおよび幼児の主食・主菜・副菜を組み合わせた食事. 日本栄養改善学会　第 69 回学術総会，倉敷，2022 年 9 月 16 日～18 日
- 長谷川智子・福田一彦・吉井瑛美 ・會退友美・赤松利恵　睡眠・食・親子関係を基盤とした効果的な健康教育(1) どのような母親が幼児の生活改善を希望するのか?　日本心理学会第 86 回大会，東京，2022 年 9 月 8 日～11 日
- 福田一彦・長谷川智子・吉井瑛美 ・會退友美・赤松利恵　睡眠・食・親子関係を基盤とした効果的な健康教育(2) 親の健康知識と子どもの生活習慣:特に睡眠を中心として. 日本心理学会第 86 回大会，東京，2022 年 9 月 8 日～11 日
- 浅岡章一・西村律子・野添健太・山本隆一郎　睡眠の乱れが認知機能に与える影響は年齢層で異なるか？　~web 上での stroop 課題と睡眠習慣アンケートを組み合わせたインターネット調査による検討~　日本心理学会第 86 回大会，東京，2022 年 9 月 8 日～11 日

シンポジウム座長

- 山本隆一郎 “with/post コロナ時代にどのような睡眠教育が必要か？”（座長）日本睡眠学会第 47 回定期学術集会，京都，2022 年 6 月 30 日

シンポジウム/一般口演

- 浅岡章一 大学生の睡眠覚醒リズムの特徴とその影響．シンポジウム名: 大学生の睡眠問題とポストコロナ社会における対策, 日本睡眠学会第 47 回定期学術集会, 京都, 2022 年 6 月 30 日～7 月 1 日
- 福田一彦　大学生の睡眠習慣：オンライン授業と室内照明の影響．日本睡眠学会第 47 回定期学術集会, 京都, 2022 年 6 月 30 日～7 月 1 日
- 星川雅子・福田一彦・木暮貴政　トップアスリートにおける金縛り（睡眠麻痺）体験：その背景要因について．日本睡眠学会第 47 回定期学術集会, 京都, 2022 年 6 月 30 日～7 月 1 日

III-5　競争的資金の獲得状況

科学研究費補助金（継続を含む）

科学研究費補助金基盤研究（C）2021 年度-2024 年度
研究課題番号 21K03074
研究課題名『認知課題による慢性不眠障害に特有な注意バイアス評価法の開発』
研究代表者：山本 隆一郎
研究分担者：浅岡 章一・西村 律子・野添 健太

科学研究費補助金基盤研究（B）2020 年度-2022 年度
研究課題番号 20H01659
研究課題名『睡眠教育プログラムの教育現場における実証研究』
研究代表者：岡 靖哲
研究分担者：林 光緒・田中 秀樹・笹澤 吉明・樋口 重和・古谷 真樹・山本 隆一郎・田村 典久・綾部 直子・高田 律美

科学研究費補助金基盤研究（C）2019 年度-2023 年度
研究課題番号 19K03195
研究課題名『あなたがいるから頑張れる－社会関係が脅威場面での高次脳機能に及ぼす好影響の解明ー』
研究代表者：西村 律子
研究分担者：平島 太郎・浅岡 章一

学内研究助成

江戸川大学学内共同研究　2022 年度
研究課題名『睡眠習慣の乱れが与える認知機能への影響は年齢によって異なるか？』
研究代表者： 浅岡 章一

共同研究者： 西村 律子・山本 隆一郎・野添 健太

江戸川大学学内共同研究 2022 年度
研究課題名『睡眠習慣の乱れが与える認知機能への影響は年齢によって異なるか？
--記憶（ワーキングメモリ）への影響の検討--』
研究代表者：西村律子
協同研究者：浅岡章一・山本隆一郎・野添健太

江戸川大学学内共同研究 2022 年度
研究課題名『大学生における睡眠習慣が大学生活に与える影響―縦断調査を用いた検討―』
研究代表者：福田 一彦
共同研究者：山本 隆一郎・西村 律子・浅岡 章一・野添 健太・原 真太郎

Ⅲ-６　その他
江戸川大学教育改革推進経費　2022 年度
改革案タイトル：『ソフトウェア利用方法情報共有のための学内 Web サイト作成』
申請者：福田一彦・浅岡章一・西村律子・山本降一郎・野添健太

Ⅳ.　外部研究機関との連携，および共同研究

Ⅳ-１　概要

各研究所構成員はそれぞれが行う研究において独自に他研究機関の研究者との共同研究を行っている（競争的資金獲得状況を参照）。それに加えて，研究所が組織的に取り組むものとしてはパラマウントベッド社との共同研究がある。また 2022 年度には，心理学実験実習室（睡眠実験室）の外部研究機関からの見学 2 件を受け入れた。

2018 年 2 月に本学はパラマウントベッド社との間の約 2 年間にわたる共同研究に関して契約書を締結し研究費を受託した。この研究プロジェクトは，電動ベッドの背上げ機能を利用した睡眠中の姿勢変化が意識状態にどのような影響があるかについて精査することを目的として行われた。この成果は, 2020 年 4 月には国際誌に査読付き論文として掲載された。2019 年度からは夜間睡眠実験を実施し，夢体験の記憶に体性感覚刺激がどのような影響を及ぼすかを検討している。また 2021 年度には，高齢者介護施設入居者を対象とした調査および一般成人を対象とした Web 調査をスタートさせ，夢内容や夢への態度に対する加齢の影響についての検討を行っている。2022 年度には本研究プロジェクトの成果の一部を書籍の中で紹介した。さらに，高齢者介護施設における調査のデータ解析を進め，夢への態度と精神的健康等との関連を検討するとともに，Web 調査のデータを基に夢への態度に関する独自尺度の作成を試み，それらの成果を 2023 年度に開催される日本睡眠学会第 45 回定期学術集会・第 30 回日本時間生物学会学術大会合同大会にて発表することとした。なお，この契約は 2020 年 2 月および 2022 年 2 月に更新され，2024 年 3 月まで継続となっている。

Ⅳ-2　関連研究業績

著書（再掲）

- 野添健太・福田一彦・木暮貴政・椎野俊秀・浅岡章一（2023）. 第 7 章　電動ベッドによる体性／前庭刺激が覚醒後の眠気および主観的体験の記憶に及ぼす影響　シーエムシー出版（編）『眠りの科学とスリープテック』シーエムシー出版（Pp. 62-70）

Ⅴ.　研究成果の社会還元等

Ⅴ-１　概要

2022 年度は研究成果の社会還元の一環として，講演 10 件，取材対応および解説記事等執筆 8 件が研究所の構成員により行われた。睡眠研究所構成員を含む学内研究者の研究技術・技能の研鑽を目的とした睡眠研究所学術フォーラムを 3 回実施するなど，研究成果の社会還元に積極的に取り組んだ。

V-2　江戸川大学睡眠研究所学術フォーラム

本研究所は研究の技術・技能の研鑽のため，2019 年度から学内外の研究者を講師として研究セミナー（学術フォーラム）を年に複数回実施してきた。今年度は，対面での開催も再開した。第 8 回学術フォーラムでは，江戸川大学人間心理学科に新たに着任された石橋講師により，本学に導入されている視線計測器の使用方法や，その機器を用いた研究方法について具体的にお話を伺った（2022 年 9 月 15 日開催: 視線計測器講習会　―視線計測器を用いた研究方法とその手続き―)。第 9 回学術フォーラムでは，今年度から睡眠研究所助教に着任した奥山助教が講師となり，奥山助教がこれまでの行われてきたテロメアと認知機能の関連について講演が行われた（2022 年 11 月 11 日開催: テロメアと認知機能の関連―抗酸化物質がテロメアと認知機能の関連に与える効果―)。第 10 回学術フォーラムでは，浅岡次長，山本併任教員が講師となり，両名が学内 Web サイト（エドクラテス）内に作成した，実験プログラム作成ソフト Psychopy および統計解析ソフト R の情報共有コースについての説明および具体的な使用方法に関するセミナーを行った（2023 年 3 月 9 日開催: 学内 Web サイト（エドクラテス）を通じた研究用ソフトウェア利用方法の情報共有について)。これらの学術フォーラムは人間心理学科の教員や学科学生を含む睡眠研究所外メンバーも参加する形で行われ，睡眠研究所のみならず本学の研究レベル向上に寄与している。

V-3　講演等

- 山本隆一郎　株式会社ポルトクオーレ　講演「不眠に対する認知行動療法～最先端の研究者・臨床家から学ぶ～」講師（2023 年 3 月 19 日@オンライン）
- 浅岡章一　千葉県安全運転管理協会主催　安管事業大会　特別講演「眠気と交通安全～睡眠習慣の乱れによる認知機能低下に焦点を当てて～」講師（2023 年 1 月 27 日@三井ガーデンホテル千葉）
- 山本隆一郎　Awarefy（Awarefy LIVE vol.10）　講演「眠れない夜をどう過ごす？心の専門家に聞く、不眠との向き合い方のヒント」講師（2022 年 11 月 24 日@オンライン開催）
- 福田一彦　流山市市野谷つばさ保育園　講演「良い睡眠習慣で毎日イキイキ　乳幼児の睡眠」講師（2022 年 11 月 19 日@流山市生涯学習センター大会議室）
- 山本隆一郎　市健康づくり支援課　講演「睡眠セミナー：よい睡眠（休養）のとり方について」講師（2022 年 11 月 7 日@我孫子市生涯学習センターアビスタ）
- 福田一彦　日本学校保健学会第 68 回学術大会市民公開講座　講演「毎日しっかり眠って成績を伸ばす合格睡眠」講師（2022 年 11 月 6 日@オンライン開催）
- 福田一彦　東京都立新宿山吹高等学校　講演「睡眠と健康：成績だけじゃない！人生が変わります！」講師（2022 年 10 月 20 日@オンライン開催）
- 浅岡章一　西条市健康医療推進課　講演「望ましい睡眠習慣とは？　～より良い睡眠を得るために気を付けるべきポイント～」講師（2022/10/10@オンライン開催）

- 山本隆一郎　野田市南部梅郷公民館　講演「睡眠を考える～よい睡眠でココロもカラダも健康に～ 」講師（2022 年 7 月 6 日@野田市南部梅郷公民館）
- 山本隆一郎　渋川市立長尾小学校　講演「すいみんの大切さ：ぐっすりしっかりねむるために」講師（2022 年 6 月 24 日@オンライン）

V-4　取材・解説記事等

- 福田一彦　「クレヨンハウス　「いいね」Vol 64 （その不調、自律神経のせいかも：睡眠と覚醒のリズムが鍵)」取材協力（2022 年 11 月 5 日発行）
- 福田一彦　宮城県立角田高等学校　総合的な探究の時間「なぜ人は夢を見るのだろうか」取材協力（2022 年 11 月 4 日）
- 福田一彦　愛知県立名古屋西高等学校　総合的な探究の時間「睡眠不足が身体に及ぼす悪影響」取材協力（2022 年 10 月 21 日）
- 福田一彦　群馬県立高崎女子高等学校　総合的な探究の時間「睡眠と高校生の生活の関わり」取材協力（2022 年 9 月 28 日）
- 福田一彦　群馬県立高崎北高等学校　総合的な探究の時間「睡眠と心の関係」取材協力（2022 年 8 月 1 日）
- 福田一彦　愛知教育大学附属岡崎中学校　Lifework（個人追究学習）「睡眠について」取材協力（2022 年 7 月 22 日）
- 福田一彦　北豊島高等学校　社会探究「健康と睡眠の関係性」取材協力（2022 年 7 月 12 日）
- 福田一彦・浅岡章一　千葉県立柏の葉高等学校　課題研究「効果的な仮眠に関する研究」取材協力（2022 年 6 月 8 日）

VI.　その他

なし

VII.　付録

睡眠研究所規程

江戸川大学睡眠研究所規程

平成 24 年 2 月 21 日制定

（設置）

第 1 条　江戸川大学に、睡眠研究所（以下「研究所」という。）を置く。

（目的）

第 2 条　研究所は、睡眠に関する科学的知見の集積およびその普及を目的とする。

（事業内容）

第 3 条　研究所は、前条の目的を達成するため、次の各号に掲げる事項を行なう。

(1) 睡眠に関する研究

(2) 睡眠研究に関する外部研究機関との連携および共同研究

(3) 研究成果発表

(4) その他研究所の目的を達成するために必要な事業

（構成員）

第 4 条　研究所の構成員は、次のとおりとする。

(1) 研究所所長

(2) 研究所次長

(3) 研究所併任教員

(4) 研究員

(5) 客員教授

(6) 客員研究員

（研究所所長）

第 5 条　研究所に研究所所長を置く。研究所所長は、研究所の業務を統括する。

２　研究所所長は、学長が委嘱する。

３　研究所所長の任期は２年とし、再任を妨げない。

４　研究所所長が任期の途中で欠けたとき、後任者の任期は、前任者の残任期間とする。

（研究所次長）

第 6 条　研究所に研究所次長を置く。研究所次長は、研究所所長の業務を補佐する。

２　研究所次長は、所長の推薦に基づき学長が委嘱する。

３　研究所次長の任期は２年とし、再任を妨げない。

４　研究所次長が任期の途中で欠けたとき、後任者の任期は、前任者の残任期間とする。

（研究所併任教員）

第 7 条　研究所に研究所併任教員を置く。研究所併任教員は、研究所の業務を遂行する。

２　研究所併任教員は、所長の推薦に基づき学長が委嘱する。

３　研究所併任教員の任期は２年とし、再任を妨げない。

（研究員）

第 8 条　研究所は、継続的な研究に従事する者が必要な場合に、研究員を置くことができる。

２　研究員は、研究所の専任教員とする。

３　研究員は、所長の推薦に基づき学長が委嘱する。

４　研究員の任期は２年とし、再任を妨げない。

（運営委員会）

第 9 条　研究所の円滑な運営を図るため、運営方針及び事業計画を審議する運営委員会（以下「委員会」という。）を置く。

２ 委員会は、次に掲げる者をもって組織する。

(1) 委員長

(2) 委員

３ 委員長は、研究所所長とする。

４ 委員は、研究所次長、研究所併任教員、研究員、および委員会が必要と認めた者とする。

（庶務）

第 10 条　研究所及び委員会に関する庶務は、企画総務課が行なう。

（雑則）

第 11 条　委員会の議事運営に関し、必要な事項は委員会が別に定める。

附　則

この規程は、平成 24 年 4 月 1 日から施行する。

附 則

この規程は、令和 2 年 4 月 1 日から施行する。