

2025 年度 江戸川大学睡眠研究所年次報告

2026 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 ミュキ技研)
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(ミュキ技研製 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	『外出自粛中により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）
2023 年 4 月	浅岡章一が第 3 代所長に就任 福田一彦が研究所併任教員となる 佐藤俊彦が研究所併任教員となる
2023 年 9 月	第 11 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（研究成果・計画発表会 演者: 福田一彦・浅岡章一・西村律子・佐藤俊彦・山本隆一郎・野添健太・奥山慎也・石橋美香子）
2023 年 9 月	第 12 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（夜間睡眠脳波観察会）
2023 年 11 月	江戸川大学学園祭に睡眠研究所ブースを出展
2023 年 11 月	江戸川大学睡眠研究所中期目標および評価基準（2024 年度・2025 年度）の決定
2024 年 2 月	睡眠研究所規程を改訂
2024 年 3 月	第 13 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（ストレス応答機構の理解・活用による未病の予防医学研究と弘前 COI-NEXT 拠点の活動について 演者: 弘前大学大学院 伊東健先生）
2024 年 4 月	福田一彦が睡眠研究所顧問に就任
2024 年 4 月	奥山慎也が客員研究員となる
2024 年 4 月	村澤千恵子が睡眠研究所事務補佐員となる
2024 年 4 月	第 14 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（系統的レビューの実際 演者: 山本隆一郎）
2024 年 9 月	嵩原広宙が睡眠研究所助教および研究員となる

2024 年 9 月	第 15 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（研究成果・計画発表会 演者：浅岡章一・佐藤俊彦・嵩原広宙・西村律子・野添健太・福田一彦・山本隆一郎）
2024 年 11 月	江戸川大学学園祭に睡眠研究所ブースを出展
2024 年 11 月	第 1 回 睡眠研究所研究交流会（とりあえず使ってみよう，Fitbit！）
2025 年 2 月	第 16 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（脳波が脳波になるまで —Hans Berger による脳波の発見— 演者：国立研究開発法人情報通信研究機構（NICT）特別研究員 宮内哲先生）
2025 年 3 月	第 17 回 睡眠研究所学術フォーラム開催（睡眠覚醒リズムの発達及び問題点について —自らの研究を振り返る— 演者：福田一彦）
2025 年 3 月	佐藤俊彦が研究員より外れる
2025 年 3 月	望月芳子が客員研究員より外れる
2025 年 6 月	第 2 回 睡眠研究所研究交流会（Web 実験における刺激の視角統制方法について）
2025 年 9 月	第 35 回一般社団法人日本睡眠環境学会学術大会を開催（大会テーマ：睡眠環境学のこれまでとこれからを繋ぐ 大会長：山本隆一郎 事務局長：浅岡章一 名誉大会長：福田一彦 事務局：江戸川大学睡眠研究所）
2025 年 10 月	第 3 回 睡眠研究所研究交流会（Pavlov Survey による尺度集作成①）
2025 年 11 月	江戸川大学学園祭に睡眠研究所ブースを出展
2026 年 2 月	第 4 回 睡眠研究所研究交流会（Pavlov Survey による尺度集作成②）
2026 年 2 月	第 18 回睡眠研究所学術フォーラム開催（ユーザー目線で学ぶマルチレベル分析 演者：長峯聖人先生）
2026 年 3 月	村澤千恵子が任期満了に伴い睡眠研究所事務補佐員を退職する

I-3 組織（2025 年度）

研究所所長：浅岡章一（人間心理学科教授）

研究所次長：西村律子（人間心理学科准教授）

研究所顧問：福田一彦（人間心理学科名誉教授）

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

研究員：嵩原広宙（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（上越教育大学大学院学校教育研究科臨床・健康教育学系 講師），木暮貴政（パラマウントベッド睡眠研究所所長），奥山慎也，松浦倫子（北海道大学大学院学術研究員）

研究所事務補佐員：村澤千恵子

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。本年度の全ての運営委員会は Web 上の会議システム（Teams）を用いて行われた。

II-2 開催記録（2025 年度）

2025 年度	第 1 回運営委員会	(2025 年 4 月 4 日)
〃	第 2 回運営委員会	(2025 年 5 月 2 日)
〃	第 3 回運営委員会	(2025 年 6 月 6 日)
〃	第 4 回運営委員会	(2025 年 7 月 4 日)
〃	第 5 回運営委員会	(2025 年 8 月 1 日)
〃	第 6 回運営委員会	(2025 年 10 月 3 日)
〃	第 7 回運営委員会	(2025 年 11 月 14 日)
〃	第 8 回運営委員会	(2025 年 12 月 5 日)
〃	第 9 回運営委員会	(2026 年 1 月 9 日)
〃	第 10 回運営委員会	(2026 年 2 月 13 日)
〃	第 11 回運営委員会	(2026 年 3 月 13 日)

III. 研究活動

III-1 概要

2025 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，2024 年度から開始された睡眠研究交流会の更なる活性化に取り組んだ。また，主たる研究業績として，2025 年度は，書籍 0 本，学術論文 7 本，学会発表 30 件，競争的研究資金獲得 7 件（継続含む）であった。特に，学会発表件数が 2025 年度は前年度を大きく上回り，今後の学術論文化が期待される。

III-2 学内研究助成研究プロジェクト

2025 年度には，2020 年度より継続して実施された研究課題「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——」の結果の集約やデータベース整備が行われた。本研究課題は，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する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。2023 年度には、2022 年度までの調査結果を基に、「大学生における睡眠習慣が大学生活に与える影響」というパンフレットを作成し、2023 年度以降、本学学園祭における睡眠研究所ブースにて、本学学生や教職員、市民などに幅広く配布した。また、同パンフレットは、睡眠研究所 Web ページ上でも公開している。2025 年度には、これまでの継続的な縦断調査結果を集約しデータベース整備が行われており、今後成果を各種学術会議、研究論文として発表する予定である。また、研究所単位のプロジェクトではないものの、研究所の構成員と学内研究者との連携による共同研究も継続的に複数実施されており、睡眠研究所に限定されない学内全体の睡眠研究の裾野の拡大に寄与している。

III-3 ソフトウェア利用方法情報共有のための学内 Web サイトの運営

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た。2024 年度には、人間心理学科の 1 年次必修科目である基礎ゼミナールにて、当サイトを学生に告知し、PsychoPy や R の利用に関する情報提供を行った。2025 年度においても同様の情報提供を継続的に行うとともに、下述の睡眠研究所研究交流会でも同 Web サイトの活用に関連した内容にて意見交換を行った。また、その他の睡眠研究所併任教員の担当する専門ゼミナールなどで、当サイトを利用しながら卒業研究が進められており、登録者数を伸ばしている。このことは、当サイトが本学の情報化教育に利活用されていることを示している。

III-4 睡眠研究所研究交流会

2024 年度から、研究に活用できると考えられるツールや知識を参加者間で双方向に学び、ツールや知識を共有する環境を整え、参加者の研究に関わる興味関心を気軽に話し合い、新たな研究テーマの探索や、学内の研究者との研究面での連携を探る、というコンセプトのもと、睡眠研究所研究交流会を発足した。2024 年度は 1 回のみの試験的な運用であったが、2025 年度は開催回数を 3 回に増やし、第 2 回「Web 実験における刺激の視角統制方法について」、第 3 回「Pavlovian Survey による尺度集作成①」、第 4 回「Pavlovian Survey による尺度

集作成②」を開催し、行動科学や心理学の研究向けにオンラインでアンケートを作成・実施・回収できる Web ツールである Pavlovia Survey について情報交換、実際のアンケート作成に取り組んだ。これらの研究交流会を通じ、各構成員の新たな研究手法の獲得と研究実施コストの低減に一定程度寄与したと考えられる。

III-5 研究成果一覧

著書

なし

学術論文

浅岡 章一・山本 隆一郎 (2026). 新連載 航空安全を支える睡眠：第 1 回 航空安全と睡眠・生体リズムの基本的メカニズム 小型機と安全運航, 120, 22-27.

Hasegawa, C., & Fukuda, K. (2026). Why do adolescents use smartphones at the expense of sleep? Patterns of motives for smartphone use and their associations with sleep and mental health. *International Journal of Adolescence and Youth*, 31(1), 2645829. <https://doi.org/10.1080/02673843.2026.2645829>

Sakata, M., Ostinelli, E. G., Yamamoto, R., Oi, H., Kikuchi, S., Toyomoto, R., Nakajima, S., Ohashi, K., Nogimura, A., Yamada, R., McLay, L., Furukawa, T. A., Nagai, Y., & Yamada, A. (2026). Comparative efficacy and acceptability of sleep interventions for children and adolescents with autism spectrum disorders: a protocol for a systematic review and network meta-analysis. *Systematic Reviews*, 15, 116. <https://doi.org/10.1186/s13643-026-03143-8>

Hirose, K., Okabe, S., Matsuura, N., Shirakawa, S., & Fukuda, K. (2025). Dreams during pregnancy and its relation with postpartum depression. *Journal of Japanese Society of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*, 30 (2), 207-216. https://doi.org/10.18977/jspog.30.2_207

福田 一彦 (2025). 乳幼児の睡眠・覚醒リズムの発達とその問題について 乳幼児医学・心理学研究, 34(1), 18-26. https://doi.org/10.82622/jjimps.34.1_18

Okuyama, S., Nozoe, K., Fukuda, K., Kogure, T., & Asaoka, S. (2025). Creating a Japanese version of the attitudes toward dreams scale: Attitude toward dreams may predict sleep disorders. *PLOS One*, 20(7): e0326732. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0326732>

山本 隆一郎・石井 生海 (2025). 就寝時の子守歌の歌いかけと乳幼児の睡眠問題との関連 睡眠と環境, 19(1), 9-16. https://doi.org/10.60259/jsleepenv.19.1_9

学会発表

ポスター発表

長谷川智子・福田 一彦 (2026). 保育所と家庭の連携に向けた基礎的研究（1）——保

- 育所職員が感じる子育て支援の難しさについての検討—— 第 35 回日本乳幼児医学・心理学会学術大会, 東京, 2月15日
- 福田 一彦・長谷川智子 (2026). 保育所と家庭の連携に向けた基礎的研究 (2) ——子どもの夜更かしの要因としての保育所の午睡について—— 第 35 回日本乳幼児医学・心理学会学術大会, 東京, 2月15日
- 福田 一彦・長谷川 智子・吉井 瑛美・會退 友美・赤松 利恵 (2025). 昼寝の発達と保育園の午睡——何が午睡の「見直し」を阻んでいるのだろうか—— 第 34 回日本睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 野添 健太・市川 竜大 (2025). 主観的な眠気と主観年齢バイアス (自己若年視) の関連 第 34 回日本睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 嵩原 広宙・野添 健太・福田 一彦・木暮 貴政・井上 智子・浅岡 章一 (2025). Heartbeat-Evoked Potentials (HEP)を用いた REM 周期における内受容感覚の比較 第 34 回日本睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 西村 律子・浅岡 章一 (2025). 入眠時音楽の使用頻度および信奉度と睡眠習慣, 認知的抑制機能との関連 第 34 回日本睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 浅岡 章一・西村 律子 (2025). 一般成人における睡眠習慣と幻聴様体験との関連——Web 調査を用いた検討—— 第 34 回日本睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 川崎 瞭・岡島 義・山本 隆一郎 (2025). 睡眠教育の睡眠改善効果——児童生徒を対象としたクラスターランダム化比較試験に関する系統的レビュー—— 第 34 回日本睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 山本 隆一郎・大徳 夢瑠 (2025). ペット飼育ならびにペットとの共寝と不眠症状との関連 第 34 回日本睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 浅岡 章一・西村 律子・平島 太郎 (2025). 無意味図形への選好評価に与える他者表情の影響は眠気の状態によって異なるか? 日本睡眠学会第 49 回定期学術集会, 広島, 6月28日～29日
- 野添 健太・山本 隆一郎 (2025). 睡眠が連想記憶の固定化に及ぼす影響: 系統的レビューとメタ解析 日本睡眠学会第 49 回定期学術集会, 広島, 6月28日～29日
- 山本 隆一郎・石井 生海 (2025). 就寝時の子守歌の歌いかけと乳幼児の睡眠問題との関連 日本睡眠学会第 49 回定期学術集会, 広島, 6月28日～29日
- 福田 一彦・平野稔泰・野添健太 (2025). 大学生の睡眠を ICSD-3 に基づいて「診断」してみると (予備的研究) 第 49 回日本睡眠学会学術大会, 広島, 6月28日～29日
- 福田 一彦・廣瀬一浩・松浦倫子・渡辺直美・白川修一郎 (2025). 妊娠・産褥期における夢体験の特徴と変化についての縦断的検討 (第 1 報) 第 49 回日本睡眠学会学術大会, 広島, 6月28日～29日
- 廣瀬一浩・松浦倫子・福田 一彦・渡辺直美・白川修一郎 (2025). 妊娠・産褥期にお

- る睡眠の特徴とうつ症状の変化についての縦断的検討（第1報） 第49回日本睡眠学会学術大会, 広島, 6月28日～29日
- 浅岡 章一・西村 律子・平賀 伸・佐藤 璃乃・中澤 莉子・平島 太郎 (2025). 断眠が内受容感覚に与える影響——心拍カウント課題を用いた実験的検討—— 第43回日本生理心理学会大会, 福井, 5月24日～25日
- 福田 一彦・早川こすず (2025). 就寝時の音楽聴取が睡眠に及ぼす影響(4) ——就寝時の音楽は睡眠に有効か? —— 第43回日本生理心理学会学術大会, 福井, 5月23日～25日

シンポジウム／ワークショップ／その他（学術大会での活動）

- 福田 一彦 (2025). 【市民公開講座・名誉大会長講演】良い眠りとはなんだろうか？ 第34回睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 福田 一彦 (2025). 【シンポジウム・座長】『睡眠中の刺激の受容と心理的・生理的反応』 第34回睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 野添 健太 (2025). 【シンポジウム・話題提供】睡眠中の体性/前庭刺激が覚醒後の主観的体験および気分に及ぼす影響『睡眠中の刺激の受容と心理的・生理的反応』 第34回睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 山本 隆一郎 (2025). 【大会長講演】『睡眠環境学のこれまでとこれからを繋ぐ』 第34回睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 山本 隆一郎 (2025). 【シンポジウム・座長】『子どもの良い睡眠のための家庭環境』 第34回睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 山本 隆一郎 (2025). 【シンポジウム・話題提供】養育者-子ども間の相互作用と子どもの睡眠『子どもの良い睡眠のための家庭環境』 第34回睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 浅岡 章一 (2025). 【市民公開講座・シンポジウム・座長】『より良い睡眠のための社会環境の構築を考える』 第34回睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日
- 山本 隆一郎 (2025). 【学会研修会】『不眠に対する認知行動療法 (オンデマンド研修)』 日本カウンセリング学会第57回大会, 千葉, 8月30日～9月30日
- 山本 隆一郎 (2025). 【シンポジウム・座長】『子どものスリープヘルスと睡眠教育』 日本睡眠学会第49回定期学術集会, 広島, 6月28日～29日
- 福田 一彦 (2025). 【一般演題(口演)・座長】『日中の眠気1』 日本睡眠学会第49回定期学術集会, 広島, 6月28日～29日
- 福田 一彦 (2025). 【シンポジウム・話題提供】子どもの睡眠発達について：長い昼寝と短い昼寝『堀忠雄メモリアルシンポジウム1：睡眠心理学の発展』 日本睡眠学会第49回定期学術集会, 広島, 6月28日～29日
- 福田 一彦 (2025). 【睡眠学基礎セミナー・話題提供】睡眠中の認知活動・夢『睡眠学

基礎セミナー 8 第Ⅱ部 睡眠社会学・心理学, 測定法』 日本睡眠学会第 49 回定期学術集会, 広島, 6月28日～29日

福田 一彦・長谷川智子・吉井瑛美・會退友美・赤松利恵 (2025). 【シンポジウム・話題提供】子供のスリープヘルス: 昼寝の発達と保育園の午睡について『Pediatric Sleep Health 2025』 日本睡眠学会第 49 回定期学術集会, 広島, 6月28日～29日

III-6 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 (B) 2025 年度-2028 年度

研究課題番号 25K03012

研究課題名『前帯状皮質の抑制操作によるアスリートのあがり防止およびクラッチ誘発に関する研究』

研究代表者: 正木 宏明

研究分担者: 浅岡 章一・丸尾 祐矢

科学研究費補助金基盤研究 (B) 2023 年度-2026 年度

研究課題番号 23H00952

研究課題名『睡眠改善の促進妨害要因の解析と集団特性に応じた新たな睡眠教育プログラムの構築』

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) 2023 年度-2025 年度

研究課題番号 23K02834

研究課題名『集団成員の睡眠不足が集団パフォーマンスに与える影響』

研究代表者: 浅岡 章一

研究分担者: 西村 律子・平島 太郎

科学研究費補助金基盤研究 (C) 2022 年度-2026 年度

研究課題番号 22K02389

研究課題名『保育所と家庭の効果的な連携プログラムの開発: 生活リズム・食・親子関係を媒介として』

研究代表者: 長谷川 智子

研究分担者: 福田 一彦・赤松 利恵

学内研究助成

江戸川大学学内研究助成 2025 年度

研究課題名『眠気と創造性——Web 調査を用いた検討——』

研究代表者：浅岡 章一
共同研究者：野添 健太・長峯 聖人
江戸川大学学内研究助成 2025 年度
研究課題名『睡眠が連想に焦点を当てた記憶課題の成績に及ぼす影響についての系統的レビューおよびメタ解析』
研究代表者：野添 健太
共同研究者：山本 隆一郎
江戸川大学学内研究助成 2025 年度
研究課題名『江戸川大学女子バスケットボールチームのブランディングに向けた人間科学的方法のアプローチ--選手の心理的スキル・睡眠習慣・認知機能に着目して--』
研究代表者：守屋 志保
共同研究者：西村 律子・浅岡 章一・長峯 聖人

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。

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 年度に開催された日本睡眠学会第 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さらに、2024 年 7 月に日本睡眠学会第 48 回定期学術集会にて発表した。2025 年度には、これまでに取得してきたデータの論文化を積極的に進め、この Web 調査の結果を国際誌にて発表した (Okuyama et al., 2025, *PLOS One*)。また、REM 睡眠中の姿勢変化の影響について内受容感覚に着目して再検討するなど、新たな取り組みも進めている。なお、本契約については、これまで 2020 年 2 月、2022 年 2

月、2024年1月の3回にわたり更新を行ってきたが、2026年1月に再度更新し、研究期間を2028年3月まで延長した。

IV-2 関連研究業績

学術論文（再掲）

Okuyama, S., Nozoe, K., Fukuda, K., Kogure, T., & Asaoka, S. (2025). Creating a Japanese version of the attitudes toward dreams scale: Attitude toward dreams may predict sleep disorders. *PLOS One*, 20(7): e0326732. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0326732>

学会発表（再掲）

ポスター発表

嵩原 広宙・野添 健太・福田 一彦・木暮 貴政・井上 智子・浅岡 章一 (2025). Heartbeat-Evoked Potentials(HEP)を用いた REM 周期における内受容感覚の比較 第34回日本睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日

シンポジウム／ワークショップ／その他（学術大会での活動）

野添 健太 (2025). 【シンポジウム・話題提供】睡眠中の体性/前庭刺激が覚醒後の主観的体験および気分に及ぼす影響『睡眠中の刺激の受容と心理的・生理的反応』 第34回睡眠環境学会学術大会, 千葉, 9月12日～13日

V. 研究成果の社会還元等

V-1 概要

2025年度は研究成果の社会還元の一環として、講演30件、取材対応および解説記事等執筆7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学術フォーラムを実施するなど、研究成果の社会還元積極的に取り組んだ。また、2025年度には、江戸川大学睡眠研究所が事務局となり、第35回一般社団法人日本睡眠環境学会学術大会を開催した。

V-2 江戸川大学睡眠研究学術フォーラム

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。2025年度は第18回学術フォーラムを開催した（2026年2月19日開催）。本学術フォーラムでは、本学社会学部人間心理学科の長峯聖人講師を講師として招聘し、「ユーザー目線で学ぶマルチレベル分析」と題し、近年注目されている階層データに対する解析の留意点や解析の数理的背景、解析の実装について講演が行われた。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 流山市との連携

睡眠研究所では、本学の掲げる社会・地域連携の目標に沿って、本学の所在地である流山市との連携強化にも努めている。2025 年度は、浅岡章一所長が流山市文化協会、流山青年会議所からの依頼を受け、講演会を実施した。今後も各構成員、睡眠研究所として流山市との連携強化に向けて活動が続けていく。

V-4 第 35 回一般社団法人日本睡眠環境学会学術大会の開催

江戸川大学睡眠研究所が事務局となり、2025 年 9 月 12 日・13 日に、第 35 回一般社団法人日本睡眠環境学会学術大会（大会テーマ：睡眠環境学のこれまでとこれからを繋ぐ、大会長：山本隆一郎、事務局長：浅岡章一、名誉大会長：福田一彦）を開催した。当該学会の学術大会としては過去最大の 283 名の参加者（うち対面参加者 155 名）の参加があった。江戸川大学睡眠研究所の全構成員が大会での発表、シンポジウム座長等を担当した。本大会を通じ、本学、そして睡眠研究所の取り組みを広く睡眠研究者に周知するとともに、研究活動の活性化に寄与したと考えられる。また、当該大会では一部のプログラムを市民公開講座として公開し、流山市、柏市、そして両市の教育委員会の後援を受け、22 名程度の市民参加者があった。このことから本学の掲げる社会・地域連携の目標にも資するものであったと考えられる。

V-5 講演等

福田 一彦 睡眠健康指導士初級講座「生体リズムの基礎」(2026 年 3 月 15 日@オンライン開催)

山本 隆一郎 国立市教育委員会生涯学習課 家庭教育講座「親子で学ぶ「良い睡眠」とは？」(2026 年 3 月 14 日@国立市役所)

山本 隆一郎 柏市立松葉中学校 講演「良い睡眠とは何か？」(2026 年 3 月 5 日@柏市立松葉中学校)

山本 隆一郎 白岡市健康福祉部健康増進課 こころの健康講座「睡眠とこころの健康～眠れない夜の過ごし方～」(2026 年 2 月 26 日@はびすしらおか)

浅岡 章一 第 40 回睡眠改善インストラクター育成講座(日本睡眠改善協議会)「社会と睡眠」(2026 年 2 月 26 日@両国 KFC Hall & Rooms)

福田 一彦 第 40 回睡眠改善インストラクター育成講座(日本睡眠改善協議会)「睡眠と生体リズム」(2026 年 2 月 25 日@両国 KFC Hall & Rooms)

福田 一彦 令和 7 年度東京都小学校体育研究会研究発表大会 研究発表会における講師及び指導講評(2026 年 2 月 20 日@板橋区立常盤台小学校)

福田 一彦 保健主事・養護教諭合同研修会 (北埼玉地区学校保健会) 「そもそも『よい眠り』とは何か——努力によらない睡眠改善のヒント——」 (2026 年 2 月 18 日@ワークヒルズ羽生)

福田 一彦 武蔵野市教育委員会・武蔵野市学校保健委員会 講演会「子どもの眠りと健康——目からウロコの睡眠学——」 (2026 年 2 月 5 日@武蔵野市役所)

福田 一彦 千葉県生涯大学校東葛飾学園 講演「攻撃性：なぜ怒るのか？攻撃するのか？」 (2026 年 1 月 23 日@千葉県生涯大学校東葛飾学園)

福田 一彦 こころの健康づくり講演会 (ひたちなか市健康推進課) 「みんなが間違えている『良い眠り』：目からウロコの睡眠学——正しい知識で健康に——」 (2026 年 1 月 20 日@ひたちなか市ヘルス・ケア・センター)

山本 隆一郎 MCR (Matsudo Child-Raising Class) 学級家庭教育講座「子どもたちの健全な成長のために睡眠の重要性や注意すべきこと」 (2026 年 1 月 20 日@松戸市民会館)

浅岡 章一 仙台青葉学院大学・短期大学保健委員会研修会「大学生の乱れた睡眠習慣と学業上の問題」 (2025 年 12 月 19 日@仙台青葉学院短期大学 中央第 2 キャンパス)

山本 隆一郎 令和 7 年度神奈川県立学校保健会川崎地区支部講演会「睡眠教育をどのように捉え、どのように行うのか」 (2025 年 12 月 12 日@神奈川県立多摩高等学校)

福田 一彦 練馬区関町第三保育園 講演「データを基にして眠りの発達を考えよう」 (2025 年 11 月 21 日@練馬区関町第三保育園)

山本 隆一郎 富士川町立鯉沢小学校学校保健委員会 講演「眠りのすすめ」 (2025 年 11 月 21 日@オンライン開催)

福田 一彦 千葉県生涯大学校東葛飾学園 講演「そもそも「よい眠り」とは何だろうか ～目からウロコの睡眠学～」 (2025 年 11 月 20 日@千葉県生涯大学校東葛飾学園)

福田 一彦 目黒区立田道小学校 PTA 家庭教育委員会 講演「睡眠と健康 ～目からウロコの睡眠学～」 (2025 年 11 月 15 日@目黒区立田道小学校)

福田 一彦 千葉市立朝日ヶ丘中学校区青少年育成委員会 講演「睡眠と健康 ～目からウロコの睡眠学～」 (2025 年 11 月 8 日@千葉市立朝日ヶ丘中学校)

福田 一彦 世田谷区保育保健研修 講演「子どもの眠りを考える」 (2025 年 10 月 29 日@世田谷区立教育総合センター)

浅岡 章一 流山青年会議所 2025 年 10 月度例会 講演「睡眠問題が社会生活に与える影響」 (2025 年 10 月 16 日@流山市生涯学習センター)

福田 一彦 八王子市立横川中学校 講演「学校生活と睡眠 ～目からウロコの睡眠学～」 「睡眠と健康 ～睡眠の大切さ～」 (2025 年 10 月 14 日@八王子市立横川中学)

校)

浅岡 章一 流山市文化協会・流山ツーリズムデザイン (共催) 流山本町老舗を巡る
Vol.1 おふとんのおはなし PART2 「睡眠のおはなし」 (2025 年 10 月 8 日@千葉県流山市笹屋土蔵)

浅岡 章一 第 39 回睡眠改善インストラクター育成講座 (日本睡眠改善協議会) 「社会と睡眠」 (2025 年 8 月 21 日@両国 KFC Hall & Rooms)

福田 一彦 第 39 回睡眠改善インストラクター育成講座 (日本睡眠改善協議会) 「睡眠と生体リズム」 (2025 年 8 月 20 日@両国 KFC Hall & Rooms)

福田 一彦 山形大学 GoodSleep コンソーシアム 講演「眠りを生体リズムから考える」
(2025 年 7 月 25 日@山形大学工学部)

福田 一彦 学校保健委員会 講演「学校生活と睡眠 目からウロコの睡眠学」 (2025 年 7 月 23 日@東京都立けやきの森学園)

山本 隆一郎 令和 7 年度第 1 回家庭教育講座 (流山市教育委員会生涯学習部) 「こどもを伸ばす「良い睡眠」とは?～家庭でできることを考えよう～」 (2025 年 6 月 21 日@流山市初石公民館)

山本 隆一郎 ころろを軽くする健康講座「よい睡眠で、健康づくり～眠れない夜の過ごし方～」 (2025 年 6 月 20 日@野田市南部梅郷公民館)

浅岡 章一 学校訪問型睡眠講座 沖縄市立美東小学校 講演 (公益財団法人 神経研究所睡眠健康推進機構) 「睡眠の重要性～睡眠が『ころろ』に与える影響～」 (2025 年 5 月 13 日@オンライン開催)

V-6 取材・解説記事等

中高生向け取材協力

山本 隆一郎 福岡県立春日高等学校「総合的な探究の時間 睡眠時間の長さによって成績は上がるのか？」取材協力 (2025 年 10 月 17 日)

浅岡 章一 群馬県立太田高等学校「総合的な探究の時間 睡眠不足で困る人が少ない社会を実現するための研究」取材協力 (2025 年 8 月 4 日)

浅岡 章一 佐賀県立佐賀西高等学校「総合的な探究の時間 良質な睡眠をとる方法」取材協力 (2025 年 6 月 2 日)

山本 隆一郎 千葉県立柏中央高校・放送部「NHK 杯全国高校放送コンテスト応募作品：睡眠について」取材協力 (2025 年 5 月 11 日)

メディア取材協力

福田 一彦 日本経済新聞 (日曜版) 「眠る人 (上) 見つめ返さない絵の安らぎ」取材協力 (2025 年 10 月 26 日)

山本 隆一郎 地域新聞社『ちいき新聞』「快眠特集号：気になる睡眠のウソ・ホント・

眠れない夜に、できること・快眠のメカニズムを知ろう」取材協力 (2025 年 10 月 24 日)

福田 一彦 J-WAVE「Midday Lounge」出演 (2025 年 10 月 20 日)

VI. 中期目標と今後の展望

VI-1 第一期 (2023 年度-2025 年度) 中期計画概要

睡眠研究所では、2023 年度に、江戸川大学睡眠研究所規程第 2 条の目的の達成を目指し、第 3 条に書かれた事業内容 ((1) 睡眠に関する研究, (2) 睡眠研究に関する外部機関との連携および共同研究, (3) 研究成果の発表, (4) その他研究所の目的を達成するために必要な事業) に対応した中期目標を新たに明確化し、それぞれに対応した評価基準に基づいて、2024 年度末に中間評価、2025 年度末に最終評価を行うこととしていた。最終評価年度である 2025 年度第 11 回睡眠研究所運営委員会において最終評価を行い、年度末の各種実績等を踏まえ 2026 年度第 1 回睡眠研究所運営委員会において最終確認を行った。各目標に対する最終評価を以下に示す。

VI-2 目標 1「外部に開かれた睡眠研究所」に関わる最終評価

この目標は、事業内容 (1) および (2), (3) に対応した目標であり、具体的には、PD 等外部研究者受入体制の構築、学外研究者との積極的な交流・連携、学内研究者との研究面での交流・連携を目指すものである。そのために設定された評価基準は、①学外研究者を含む研究業績の数 (論文・学会発表)、②睡眠研究所メンバー以外の学内研究者を含む研究業績の数 (論文・学会発表)、③PD 等受入れ態勢の構築の実現状況、④社会還元活動の数 (講演等) である。なお、本評価基準における「学外研究者」とは、江戸川大学以外を主たる所属とする者と定義され、「睡眠研究所メンバー以外の学内研究者」とは、睡眠研究所に所属のない江戸川大学に所属をする者 (江戸川大学の卒業生を含む) と定義される。一つの研究業績に「学外研究者」、「睡眠研究所メンバー以外の学内研究者」のいずれも含む場合にはいずれの評価基準にも含めることとした。学会発表については、口頭・ポスター発表に加え、シンポジウム・ワークショップでの役割等を含めて件数に計上した。一つの発表に際して、複数の睡眠研究所メンバーが含まれる場合には、一つとして計上し、重複計上しないこととした。また、本評価基準における「社会還元活動の数」とは、一般向け講演等、中高生向け取材協力、メディア向け取材協力の総件数と定義した。

評価基準①「学外研究者を含む研究業績の数 (論文・学会発表)」については、2023 年度は 11 件、2024 年度は 12 件、2025 年度は 14 件であり、中期計画策定後一定数の学外研究者との研究が実施されたと考えられる。なお、2025 年度は、研究所併任教員 1 名 (佐藤俊彦) が睡眠研究所所属でなくなったことを踏まえても発表数が増加しており、十分な成果を創出できていると考えられる。

評価基準②「睡眠研究所メンバー以外の学内研究者を含む研究業績の数（論文・学会発表）」については、2023年度は4件、2024年度は5件、2025年度は8件であった。睡眠研究所に所属のない江戸川大学に所属をする者（江戸川大学の卒業生を含む）との研究についても、増加傾向にあり一定水準の成果を創出できていると考えられる。

評価基準③「PD等受入れ態勢の構築の実現状況」については、2023年度より大学関係各所と協議を続け、2025年度には「江戸川大学日本学術振興会特別研究員取扱規程」としてPD等の受入に関する学内規程が制定され2026年4月1日から施行となった。

評価基準④「社会還元活動の数（講演等）」については、2023年度は24件、2024年度は41件、2025年度は37件であり、一定程度の社会還元活動が達成できたと評価される。加えて、中期計画策定以降、流山市との連携強化に努め、2024年度には流山市公民館事業ゆうゆう大学において本研究所併任教員が講師として参加し、流山市内6か所の公民館において講義を担当し、2025年度には浅岡章一所長が流山市文化協会、流山青年会議所からの依頼を受け、講演会を実施するなど本学の掲げる社会・地域連携の目標に大きく貢献したと評価される。さらに、第35回一般社団法人日本睡眠環境学会学術大会を本学キャンパスで開催し、プログラムの一部を市民に公開するとともに、学園祭においても来場者向けに睡眠研究所紹介ブースを設置し、地域住民に対して研究所の存在および活動を周知する機会を創出した。

以上より、目標1「外部に開かれた睡眠研究所」について高い水準での目標達成となったと評価される。

VI-3 目標2「研究レベルの一層の向上」に関わる最終評価

この目標は、事業内容（1）と（3）に対応した目標であり、具体的には、研究ツール・知見の積極的共有、気軽に研究の話ができる雰囲気づくり・研究について話す機会の増大、アウトプットへのモチベーションが持てる環境づくり、新規プロジェクトの考案を目指すものである。そのために設定された評価基準は、①研究関連ソフトウェア情報共有サイト追加コンテンツ数、②睡眠研究所学術フォーラム開催数、③睡眠研究所研究交流会の開催数、④出版論文数・研究費獲得状況である。

評価基準①「研究関連ソフトウェア情報共有サイト追加コンテンツ数」については、当該ソフトウェアの更新や追加パッケージの公開スピードも速く、2023年度に引き続きコンテンツの追加は行われなかった。一方で、利用者はオープンソースソフトウェアに特徴的なバージョン変更に伴う不具合などの対応が必要である場面も多かったことから、掲示板機能を用いた積極的な情報交換が行われた。また、2023年度以降、当該サイトは人間心理学科における科目（基礎ゼミナールB、心理学実験、2024年度からは心理学実験プログラミング）においても活用されており、2025年度末時点で281名の教員ならびに人間心理学科学生の登録があり、本学の情報化教育にも寄与している。

評価基準②「睡眠研究所学術フォーラム開催数」については、2023年度は3件、2024年

は4件、2025年度は1件であり、この3年間での8件のフォーラム開催を通じて、学内外の研究者との交流を図るとともに研究レベルの向上を目指した。2025年度については、第35回一般社団法人日本睡眠環境学会学術大会の開催に伴いエフォートが増大したため開催が1件に留まった。しかし、V-4に示した通り、当該学術大会の開催は、本学の掲げる社会・地域連携の目標とともに研究活動の活性化にも資するものであったと考えられる。

評価基準③「睡眠研究所研究交流会の開催数」については、2023年度は企画段階、2024年度が開催数1件であったことに対して、2025年度は3件と増加しており、研究レベルの一層の向上のための情報交換機会が得られたと考えられる。

評価基準④「出版論文数・研究費獲得状況」については、この評価期間に出版論文数は16件、研究費獲得件数（学内外の競争的資金について新規・継続を含む）は19件であり高い水準での研究資金獲得、研究成果の出版が行われたと考えられる。

以上より、目標2「研究レベルの一層の向上」について高い水準での目標達成となったと評価される。

VI-4 目標3「計画的・効率的な研究所運営」に関わる最終評価

この目標は、事業内容（4）に対応した目標である。2021年の大学機関別認証評価では、睡眠研究所の存在は大学の独自基準Cとして採用され、「大学においても象徴的な存在」と評されている一方で、「所属教員のエフォート管理を引き続き行いつつ、人的・物的資源環境の更なる充実を図るなど、睡眠研究が大学の特徴的な研究活動として持続可能となる、より一層の体制整備が求められる」とされており、睡眠研究所併任教員の業務負担を減らすことによる、エフォートの適正化が必要な状況がある。そのような背景を受け、計画的・効率的な研究所運営を行うために、中期的目標の策定、年間スケジュールの確定、各種手続き・情報伝達の効率化を具体的な目標とした。この目標に関わる評価基準は、①中期的目標の作成状況、②年間スケジュールの確定状況、③各種手続きフローの確定状況である。

評価基準①「中期的目標の作成状況」については、2023年度に中期計画を策定しその目標および評価基準を作成し、2024年度、2025年度当初に確認の上、各研究員の活動指針とした。また、2024年度の報告書においても中間評価を行い、常に共通目標を意識した事業運営、成果創出に努めることができたと考えられる。

評価基準②「年間スケジュールの確定状況」については、各年度末の運営会議において所長より審議事項として提案され、審議の上確定、共有された。このことから具体的な事業進捗管理が行われるようになり、滞りのない事業運営、成果創出に繋がったと考えられる。

評価基準③「各種手続きフローの確定状況」については、ビジネス向けコミュニケーションツールであるTeamsの導入、運営会議議事録作成から内容の確認、確定までのフロー策定、睡眠研究所事務補佐員への事務業務依頼フロー策定、HPおよび年次報告書に記載する業績管理および公表のフロー策定などが行われた。なお、2024年度には、外部評価での指摘を改善する手立てとして、睡眠研究所併任教員の業務量負担軽減によるエフォートの適

正化を目指し、事務補佐員を雇用した。それにより、前述した各種フローを確定することで、運営業務の効率化が進み、結果として、睡眠研究所所員の業務負担の低減に結び付いた。また、HP に設置した学外からの問い合わせフォームを見直し、これまで活用していた問い合わせフォームが都度の改修が困難であったことから google サービスを活用したフォームに改定するなど、関係事務部局の負担減を図りながら効率的かつセキュアなシステムへの意向を行った。

以上より、所員のエフォートの適正化ならびに事業運営の効率化が促進され、目標 2「計画的・効率的な研究所運営」について高い水準での目標達成ができたと考えられる。

VI-5 第二期（2026 年度-2027 年度）中期計画概要

上述の通り、江戸川大学睡眠研究所第一期中期計画に示したいずれの目標においても高い水準で目標達成が認められたと考えられる。このことを受け 2025 年度末には、第二期（2026 年度-2027 年度）中期計画が所長より提案され、2026 年度第 1 回睡眠研究所運営員会において最終確認が行われた。各中期目標については第一期を踏襲することとし、具体的な目標の達成評価に関して、定量的な評価が可能のように具体的な評価基準を再設定した。第 2 期中期計画は以下の通りである。なお、2026 年度年次報告において中間評価をまとめ、2027 年度年次報告において最終評価をまとめる予定である。

江戸川大学睡眠研究所規程第 2 条の目的の達成を目指し、第 3 条に書かれた事業内容（(1) 睡眠に関する研究、(2) 睡眠研究に関する外部機関との連携および共同研究、(3) 研究成果の発表、(4) その他研究所の目的を達成するために必要な事業）に対応した下記目標を掲げ、評価基準に基づいて取組の進捗状況を確認する。

目標 1 外部に開かれた睡眠研究所（事業内容(1)、(2)、(3)に対応）

- ① 学外研究者との積極的な交流・連携
- ② 学内研究者との研究面での交流・連携
- ③ 流山市を中心とした地域との積極的連携

評価基準:

- ・ 学外研究者を含む研究プロジェクトの数
- ・ 睡眠研究所メンバー以外の学内研究者を含む研究プロジェクトの数
- ・ 社会還元活動（講演等）の数

目標 2 研究レベルの一層の向上（事業内容(1)、(3)に対応）

- ① 研究ツール・知見の積極的共有
- ② 科研費・学内研究助成等の競争的資金への積極的応募
- ③ 積極的な研究成果公表

評価基準:

- ・ 学術フォーラム・研究交流会の開催数
- ・ 科研費・学内研究助成等の研究費への応募・獲得数
- ・ 成果発表（学術論文・学会発表）の数

目標 3 計画的・効率的な研究所運営（事業内容(4)に対応）

- ① 各種手続きフローの明確化
- ② 各種規程・マニュアルの整備

評価基準:

- ・ 規程の計画的確認を目的とした会議の回数
- ・ 新たに明確化したフローおよびマニュアルの数

VII. その他（特筆無し）

VIII. 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) 研究所顧問
- (6) 客員教授
- (7) 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。

(研究所顧問)

第9条 研究所に研究所顧問を置くことができるものとする。研究所顧問は、研究所所長の求めに応じて研究所の運営に関する助言を行う。

- 2 研究所顧問は、所長の推薦に基づき学長が委嘱する。
- 3 研究所顧問の任期は2年とし、再任を妨げない。

(運営委員会)

第10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11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12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。

附 則

この規程は、令和6年1月1日から施行する。