

(人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針に則る情報公開)

## 『夜間光の明るさと個人の睡眠・リズム特性、肥満、精神健康度との関係性 に関する研究：衛星データを用いたアプローチ』

本研究への協力を望まれない場合は、問い合わせ窓口へご連絡ください。研究に協力されない場合でも不利益な扱いを受けることは一切ございません。

本研究の研究計画書及び研究の方法に関する資料の入手又は閲覧をご希望の場合や個人情報の開示や個人情報の利用目的についての通知をご希望の場合も問い合わせ窓口にご照会ください。なお、他の研究参加者の個人情報や研究者の知的財産の保護などの理由により、ご対応・ご回答ができない場合がありますので、予めご了承ください。

### 【対象となる方】

2017年7月6日より2023年3月31日までの間に、睡眠・覚醒障害研究部で「社会的ジェットラグのリスク要因に関する横断的調査研究」の研究に参加された方

### 【研究期間】

2023年3月1日より2025年3月31日まで

【研究代表者】 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  
北村 真吾

【研究責任者】 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  
北村 真吾

### 【試料・情報の利用目的及び利用方法】

**研究名称:** 夜間光の明るさと個人の睡眠・リズム特性、肥満、精神健康度との関係性に関する研究：衛星データを用いたアプローチ

**利用目的:** 睡眠のリズムや日中のパフォーマンスが最大になるタイミングなどは、主に体の中にある体内時計によって制御されていますが、体内時計には個人差があり、朝型や夜型といったように分類されることがあります。この分類はクロノタイプと呼ばれます。また、肥満や気分状態なども心身の健康状態も体内時計との関係が指摘されています。こうした睡眠・リズムの特性や健康状態は環境の影響を受けることが知られており、例えば、夜の衛星写真で明るく映るような都市部では明るい夜の光によってクロノタイプが夜型化することや気分・不安障害のリスクになることがヨーロッパやアメリカの研究で明らかにされています。しかしながら、日本国内でも同様かどうかは分かっていないため、本研究では、過去に上記研究において回答いただいたデータを利用して、日本の地域別(市区町村)に夜の光の明るさと睡眠・リズム特性、肥満、精神健康度との関係性を調査することを目的としています。

作成年月日： 2023年 4月 10日 第1.1版

**利用方法：** 回答データと居住地の情報をを用いて、各地域の夜の明るさと睡眠・リズム特性・肥満度・精神健康度との関係性を調査いたします。

**【利用又は提供する試料・情報等】**

試料：該当なし

情報等：研究データ(年齢、性別、身長、体重、同居状況、教育歴、職業、交代制勤務従事経験、朝型夜型質問紙(MEQ)、ミュンヘンクロノタイプ質問紙(MCTQ)、ピッツバーグ睡眠調査票(PSQI)、エプワース眠気尺度(ESS)季節性尺度(GSS)、アテネ不眠尺度(AIS)、抑うつ状態尺度(CES-D)、居住地(都道府県、郵便番号)の回答データ)

利用する試料・情報の取得の方法

試料：該当なし

情報：研究データから入手

**【共同研究機関】**

該当なし

**【共同研究機関以外の試料・情報を取り扱う機関】**

該当なし

○問い合わせ窓口

国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所  
所属 睡眠・覚醒障害研究部 氏名 北村 真吾  
電話番号  
e-mail:s-kita※ncnp.go.jp(「※」を「@」に変更ください。)

○苦情窓口

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事務局  
e-mail:ml\_rinrijimu※ncnp.go.jp(「※」を「@」に変更ください。)