

京都大学教育研究振興財団助成事業
成 果 報 告 書

2025 年 9 月 22 日

公益財団法人京都大学教育研究振興財団
会 長 藤 洋 作 様

所属部局・研究科	医学研究科
職 名・学 年	助教
氏 名	初治 沙矢香

助 成 の 種 類	令和7年度 ・ 国際研究集会発表助成		
研 究 集 会 名	第17回国際生理人類学会会議2025		
発 表 形 式	☐ 招 待 ・ ☐ 口 頭 ・ ☒ ポスター ・ ☐ その他(		
発 表 題 目	Lifestyle Factors Associated with Sleep Duration and Daytime Sleepiness in Japanese Elementary School Children: Focus on Japanese-Style Bathing		
開 催 場 所	オランダ・トゥウェンテ大学		
渡 航 期 間	2025年 9月 4日 ～ 2025年 9月 16日		
成 果 の 概 要	タイトルは「成果の概要／報告者名」として、A4版1枚程度で作成し、添付して下さい。 「成果の概要」以外に添付する資料 ☒ 無 ☐ 有()		
会 計 報 告	交付を受けた助成金額	350,000円	
	使用した助成金額	350,000円	
	返納すべき助成金額	0円	
	助成金の使途内訳 (差し支えなければ要した 経費総額をご記入ください)	費 目	金額(円)
		航空運賃	230,200
		宿泊費	151,600
		滞在費	38,600
		学会参加費	59,153
		その他(国内交通費)	7,640
以上に助成金を充当			
当財団の助成について	(今回の助成に対する感想、今後の助成に望むこと等お書き下さい。助成事業の参考にさせていただきます。) このたびは貴重なご支援を賜り、心より感謝申し上げます。円安の影響で宿泊費などの負担が大きく、参加は困難な状況でしたが、本助成をいただいたことで海外学会での発表と交流を実現することができました。国際的な研究動向を直接知り、多様な研究者と意見交換を行う機会は、若手研究者にとって大変貴重であり、今後の研究活動の大きな励みとなりました。ぜひ今後も助成が継続され、多くの若手研究者に機会が広がることを願っております。		

成果の概要／初治沙矢香

1. 学会参加について

2025 年 9 月にオランダ・トゥウェンテ大学で開催された、第 17 回国際生理人類学会会議(the 17th International Congress of Physiological Anthropology)に参加した。参加者のテーマは、温熱生理、人類学、概日リズムなど多岐にわたった。ヨーロッパ・アジアからの参加者を中心に 100 余名程度の参加であったが、口演・ポスター発表を問わず、活発な議論が行われていた。

2. 発表内容と成果

今回私は、「Lifestyle Factors Associated with Sleep Duration and Daytime Sleepiness in Japanese Elementary School Children: Focus on Japanese-Style Bathing」というテーマで、ポスター発表を行った。日本の小学生における生活習慣と睡眠との関連、とくに日本特有の入浴習慣に焦点を当てた研究を報告した。本研究では、日本全国で収集した小学生の親子 2400 組の質問紙データを解析し、湯船入浴の頻度やタイミング、湯船に浸かる時間などが睡眠時間や日中の眠気に与える影響を検討した。その結果、睡眠時間には入浴一就床までの間隔が、日中の眠気には湯船入浴の頻度が関連していることが示された。入浴という、日本の文化的行動が、子供たちの睡眠衛生に寄与し得ることを国際的な学会で紹介できた点は、本研究の重要な成果である。学会当日は多くの参加者から質問やコメントを受けた。特に、海外の研究者からは子どもの睡眠問題に対する関心の高さが示され、日本式の入浴習慣についても質問を受けた。日本の参加者からは、日本式の入浴習慣が子どもの睡眠にポジティブな影響を与える可能性を示した点について、好意的な評価を得た。また、関連する指標や結果の解釈についても助言を受け、新たな解析や次の研究につながるヒントを得ることができた。これらの反応は、本研究の意義を確認するとともに、今後の研究の発展に有益な示唆を与えるものであった。さらに、他者の発表を聞き、ディスカッションするなかで、海外の研究者とのネットワークを築く機会にもなった。

3. 謝辞

今回の国際学会参加は、本財団の助成によって実現することができ、研究者として大きな成長の機会となりました。ご支援を賜りましたことに、心より感謝申し上げます。今回の学びや経験を生かして、今後も研究活動に精進してまいります。