

日本医学会分科会活動報告

学会名 (No.117) 日本睡眠学会

代表者名 内村 直尚

I. 医学および医療の水準の向上への貢献が日本医学会分科会にふさわしいと考えられる貴学会の独自の活動を以下に留意して記載をしてください。

a. 特に学術的に重要と考えられるもの

- ① 学会機関紙である Sleep and Biological Rhythms (SBR)を 2003 年より発刊し、睡眠科学、睡眠医学、睡眠社会学など睡眠学に関する英文学術誌として広く認識されている。2023 年時点での Impact factor は 1.0 であり、世界中からの投稿が寄せられている。
- ② オレキシンの発見には本会員が多くの役割を担い、自然科学における国際的な学術賞「ブレークスルー賞」の 2023 年生命科学部門を受賞した。オレキシンは、新しい作用機序の睡眠薬であるオレキシン受容体拮抗薬の普及につながり、また、ナルコレプシーの治療薬として、オレキシン受容体作動薬も開発されている。

b. 当該領域における国際的な役割

World Sleep Society のメンバーとして様々な国々の睡眠学会と連携している。特にアジア地域では中核的な役割を担っており、2023 年には、Third Asian Narcolepsy & Hypersomnolence Society Meeting を開催した。

c. 活動からもたらされる社会的な意義

- ① 睡眠薬の適正な使用と休薬のための診療ガイドライン（厚生労働科学研究・障害者対策総合研究事業「睡眠薬の適正使用及び減量・中止のための診療ガイドラインに関する研究班」および日本睡眠学会・睡眠薬使用ガイドライン作成ワーキンググループ編）を 2013 年に公表し、その普及活動を継続している。
- ② 睡眠医療認定制度を 2002 年から開始して、睡眠医療の水準の向上および診療面での社会貢献を行っている。2023 年時点で総合専門医 550 名、専門医 68 名、指導医 214 名、歯科専門医 75 名、専門検査技師 605 名および専門医療機関 117 施設、登録医療機関 6 施設が認定されている。
- ③ 厚生労働省「健康づくりのための睡眠指針の改定に関する検討会（座長：内村直尚）による「健康づくりのための睡眠ガイド 2023」の作成に全面的に協力した。現在は、学会のシンポジウムや市民公開講座を通じて、その普及活動を推進している。
- ④ 睡眠の重要性に関する国家レベルでの理解や啓発を目的とした超党派「国民の質の高い睡眠のための取り組みを促進する議員連盟」（略称：睡眠議連）の設立(2022 年 11 月)に関与して、過去 4 回の総会を通して、本学会員によるヒアリングがなされ、最新の情報を提供して議論を進めている。

- ⑤ 国の重要課題や翌年度予算編成の方向性を示す「経済財政運営と改革の基本方針」(骨太の方針)に「睡眠対策等の推進」が今年度から組み込まれ、睡眠の重要性が反映されている。

d.学会運営上留意している点

睡眠学は睡眠科学、睡眠医学、睡眠社会学から構成される。ゆえに、基礎研究者からさまざまな診療科の臨床医、歯科医、看護師、臨床検査技師、公認心理師、薬剤師など、本学会の会員構成は極めて学際的であり、多様性に富む。この点に留意して活動していくことが、今後の学会運営および社会貢献において、最も重要であると考えます。

II.日本医学会分科会にふさわしいと考えられる貴学会と他の分科会との連携による活動を記載して下さい。

- ① 日本精神神経学会、日本呼吸器学会、日本循環器学会、日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会、日本小児科学会、日本神経学会、日本臨床生理学会、日本産業衛生学会、日本時間生物学会などと連携し、特に学術集会においては、共済シンポジウムの開催において協力している。また、さまざまな学会のガイドライン、睡眠薬の適正な使用と休薬のための診療ガイドライン(日本睡眠学会)、睡眠時無呼吸症候群(SAS)の診療ガイドライン 2020 (日本呼吸器学会)、循環器領域における睡眠呼吸障害の診断・治療に関するガイドライン(日本循環器学会、2023年)の作成で連携している。現在、他の分科会と連携して、一般社団法人日本専門医機構のサブスペシャリティの取得を目指している。
- ② 睡眠医療を行う関連学会との学術交流を図り、睡眠医療に関する共催シンポジウムや市民公開講座、一般診療医向けの講習会の開催や e-learning を提供していく計画を立てている。
- ③ 上記関連学会および睡眠議連、厚生労働省、文部科学省、関連企業と密接に連携することで、医療者、国民、社会へ向けて睡眠の重要性を啓発することを目的として、「睡眠科」の標榜を目指して活動している。