

生活時間と健康

健康科学からみたサマータイムの問題点

日時：2018年12月13日（木）13:00～16:00

会場：日本学術会議 講堂 東京都港区六本木7-22-34

東京メトロ千代田線乃木坂5番出口徒歩1分

日本オリンピック組織委員会が提案した東京五輪に向けたサマータイム導入案は、ITシステム改修が時間的に困難なため見送ると報道される一方、健康への影響はほとんど問題にされていない。そこで、本シンポジウムでは、サマータイムの健康への影響に的を絞り、体のリズムを損ね睡眠障害を引き起こすリスクや、暑さ対策としての問題について、広く市民に伝え、共に考える機会としたい。

プログラム

13:00 開会の挨拶 近藤孝男（名古屋大学・名誉教授）

13:05-13:20 体内時計とは

深田吉孝（東京大学・教授）

13:20-13:50 サマータイムと時差症状

本間研一（北海道大学・名誉教授）

13:50-14:20 ソーシャル・ジェットラグと睡眠

三島和夫（秋田大学・教授）

14:20-14:30 休憩

14:30-14:50 国民生活からみたサマータイム

久保達彦（産業医科大学・准教授）

14:50-15:10 環境温度の日内リズムと住まい：

サマータイムは暑さ対策になるか

堀越哲美（愛知産業大学・学長）

15:10-16:00 パネルディスカッション

座長 上田泰己（東京大学・教授）

パネリスト：本間研一、三島和夫、久保達彦、堀越哲美



主催：日本学術会議生物リズム分科会
共催：日本時間生物学会、日本生気象学会
後援：日本生命科学アカデミー
連絡先：本間さと sathonma@med.hokudai.ac.jp

