

都民講座

先着順
締切日必須



ドラゴンの眠りから読み解く 睡眠の進化と メカニズム

東京都公式アプリ「東京アプリ」
聴講+アンケートの回答で
[東京ポイント 100pt]進呈!



【日時】
2026年7月17日 (金)
15:00~16:30

【会場】オンライン開催および
東京都医学総合研究所 2階講堂
・京王線 上北沢駅 徒歩12分
・京王線 八幡山駅 徒歩18分
※お車でのご来所はご遠慮ください。

ドラゴンの眠りから読み解く睡眠の進化とメカニズム

名古屋大学大学院理学研究科
教授 乗本裕明

無脊椎動物から哺乳類に至るまで、ほとんどすべての生物が眠ることが知られており、種を超えて共通する仕組みがあると考えられます。私たちはその手がかりを探るために、ベアーデッドドラゴン（和名：フトアゴヒゲトカゲ）を研究しています。本講演では、なぜ睡眠研究にドラゴンを用いるのか、その利点を分かりやすく紹介します。また、ドラゴンの睡眠を手がかりに、睡眠がどのように進化してきたのか、そして脳の中でどのように生み出されているのか、最新の研究からわかってきたことを解説します。

睡眠とは何か？

東京都医学総合研究所
主席研究員 夏堀晃世

1日のうち約1/4の時間を占める睡眠は、私達の脳や体の疲労回復と機能維持に必要な生理現象です。睡眠はノンレム睡眠とレム睡眠に大別され、それぞれ異なる役割を持つと考えられています。ヒト（被験者）やマウスなどの実験動物を用いた研究により、どのようなメカニズムで睡眠が生じるのか、睡眠中に脳がどのような活動をしているのか、少しずつ明らかになってきました。本講演では、睡眠についての理解を深めるための基礎知識をお伝えします。

申込方法

【対面式(都医学研講堂):100名】

※申込フォームの場合
東京都医学総合研究所の公式HPから必要事項を入力の上お申し込みください。

<東京都医学総合研究所 公式HP>



※往復ハガキの場合

「第3回都民講座申込(対面式希望)」と明記の上、「住所」「氏名(フリガナ)」「年齢」「電話番号」「参加希望人数」複数名希望の場合は「同伴者氏名(フリガナ)」「同伴者年齢」を記入の上、〒156-8506 東京都世田谷区上北沢2-1-6 東京都医学総合研究所 普及広報係宛 までお申し込みください。

【Zoomウェビナー:500名】

右の二次元コードからお申し込みください。
登録後、確認メールが自動送信されます。確認メールには視聴URL・注意事項等が記載されていますので、必ず内容をご確認ください。

※ 確認メールが届かない場合は、お手数ですが再度二次元コードを読み取り、改めてお申し込みください。

※ お申し込み1件につき、1つの端末(パソコン・タブレット・スマートフォン等)をご使用ください。

<Zoom>

※ Zoomが使用できる端末は各自でご用意ください。

アプリのダウンロードやパソコンの設定については研究所ではご案内できませんので、各自でご準備をお願いいたします。



申込締切 対面式：2026年7月15日(水) Zoom：講座開催時刻

(【対面式】【Zoom】ともに参加希望状況によっては、申込を締め切らせていただく場合がございますので、あらかじめご了承ください。)

事務局研究推進課 普及広報係 TEL 03-5316-3109 (平日 9時~17時)

公益財団法人 東京都医学総合研究所

URL <https://www.igakuken.or.jp>