

# 睡眠と認知の謎を解き明かしませんか？

認知睡眠学理研白眉研究チームでは、私たちの眠りが認知機能にどのような効果があるのかを検討しています。実験室では睡眠リズム計測やコンピュータを用いた課題などを実施します。

来所回数:3回(所要時間:1~2時間程度)  
謝礼:10,500円+交通費(往復2,000円まで)  
内容:活動量計を用いた睡眠リズム計測、PC課題等  
★参加希望の方はリンク先の簡易アンケートにお答えください  
<https://forms.gle/gZWtmy65K8frCrd29>



以下の項目のすべてに該当される健康な方（18～35歳）を募集しています。皆さまのご応募、お待ちしております！

## 応募基準：

- ・ 健常な18歳以上35歳以下の成人男女
- ・ 健康で治療中の疾病がなく服薬治療していない
- ・ 夜勤や夜勤を伴う交代勤務に従事していない
- ・ 色覚の障害がなく視力または矯正視力が両眼で0.8以上
- ・ アクション系のゲームで遊ぶ習慣がない
- ・ 習慣的に6～10時間程度の睡眠時間をとる
- ・ 1ヶ月以内に時差のある旅行をしていない
- ・ 規則的な睡眠-覚醒習慣がある
- ・ 睡眠に関連する問題がない
- ・ 極端な朝型・夜型ではない
- ・ 神経系疾患の既往歴がない
- ・ 昼寝をする習慣がない
- ・ 非喫煙者
- ・ 妊娠中ではない方（女性の場合）



※簡易アンケートの結果基準に該当しないと判断される場合には実験にご参加いただけないのでご了承ください。  
途中までしか参加できなかった方も、完了したセッションまで謝礼をお支払いします。

詳細はこちらで  
ご確認ください！

研究室 HP : <https://tamakimasaklabpage.wordpress.com>  
Twitter : <https://twitter.com/cogsom21>

研究実施責任者：玉置應子/Email: [peelspxe1202@ml.riken.jp](mailto:peelspxe1202@ml.riken.jp)  
理化学研究所 脳神経科学研究センター認知睡眠学理研白眉研究チーム 埼玉県和光市広沢2-1