

ヨドネル

科学と行政は、子どもの睡眠を変えることができるか。

ヨドネル6000人調査 結果報告会

入場無料 事前申込不要

開催日時 **11月20日(月) 19:00~21:00**

場所 区役所5階特設会場

申込 当日先着順(18:30受付開始)



講師 ^{みずの} ^{けい} **水野 敬** 先生(脳科学者)

大阪市立大学大学院医学研究科 特任准教授/理化学研究所チームリーダー。

大阪市大・ロンドン大との共同研究で「恋人を見てドキドキすると、特定の脳領域が活性化すること」を解明したり、脳内血流から「長時間の作業中に残り時間を提示するとヤル気が湧いてくる」ことを証明するなど、ユニークな研究でメディアにも度々取り上げられている、若き脳科学の旗手。

昨年度から、ヨドネルの強力なパートナーとして、淀川区の子どもの睡眠習慣について大規模調査を展開中。

ヨドネル6000人調査とは?

「すいみん」をデータ化し、脳科学の視点から分析する。

区内の小中学生約6000人を対象に、睡眠や疲労、学習意欲にわたる詳細な調査を実施。昨年度初めて行ったこの調査で得られたデータは、「睡眠と学習意欲の関係」「疲労の原因は、睡眠?」「睡眠をじゃまするものは何か」という、様々な疑問に答えるものでした。

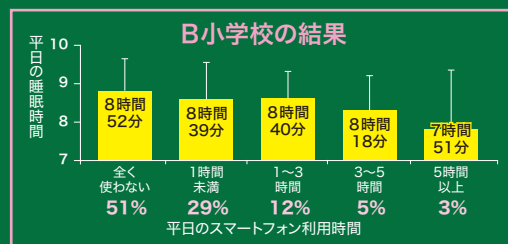
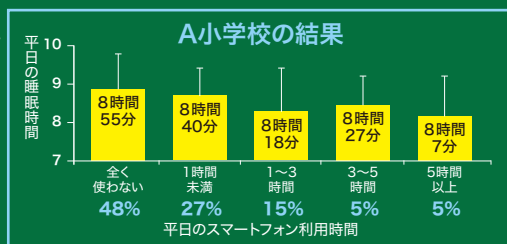
取組から1年。あれから、子ども達の睡眠はいかに変わったのか? 教えてくれるのは、調査を担当する水野先生です。

先行データ
とってだし!

先行して、区内2小学校についてのデータを解析していただきました! どんな結果が見えてくるのでしょうか…

睡眠時間とスマートフォン利用

平日(学校のある日)は、1日に、スマートフォンをどのくらい使いますか?



スマートフォンの利用時間が長いと、睡眠時間が短い

「スマートフォンを1日3時間以上利用する小学生が10%以上いる」ということも分かります。

こちらの結果からは、スマートフォンを全く使わない子と1日3時間以上利用する子とでは30分以上、1日5時間以上利用する子とでは睡眠時間に1時間以上の開きがあることが分かります。

がんこおやじ夢さんも参戦!?



夢さんやで。淀川の子どもの睡眠をまもる夢さんやで。さて、ワイもイチオシのヨドネル6000人調査、いよいよ公開や! 楽しみやな~!!? 当日は、ワイもどこかに登場するかもしれへんで。みんな! 待ってるで~!!