（抄録）

研究課題名：親子のメラトニン分泌パタンは相似するのか？

研究者氏名：野井真吾

背景：子どもの睡眠時間の短さや睡眠・覚醒リズムの乱れは深刻であり，世界で最も寝ていないのが日本の子どもともいわれている．そのため，子どもの睡眠問題は早急な改善が望まれる課題の一つである．またその際，子どもの生活は親（保護者）をはじめとする社会の影響を受けることを考慮する必要がある．

目的：以上のような問題意識の下，本研究では，小学4年生から中学1年生の子どもとその保護者を対象に，親子間における唾液中メラトニン分泌パタンの関連を検討することを目的とした．

方法：対象は，小学4年生から中学1年生（男子10名，女子9名）とその保護者（父親11名，母親16名）19組であり，調査は，2023年7月13日（木）および7月14日（金）に実施された．本研究では，子どもと保護者を対象に質問紙を用いた睡眠状況（前日の就床時刻，当日の起床時刻）調査と唾液中メラトニン濃度測定を実施した．唾液は，唾液採取器具（Sarstedt Co.，ドイツ）を用いて，特別な行事のない連続した平日の2日間における21:30（以下，「夜」と略す）とその翌日の6:30（以下，「朝」と略す）の2時点で採取した．唾液中メラトニン濃度は，酵素結合免疫吸着測定法（enzyme-linked immunosorbent assay: ELISA）を用いて測定した．

結果：本研究の対象では，子どもの66.7%が朝型群，33.3%が夜型群に，父親の54.5%が朝型群，45.5%が夜型群に，母親の43.8%が朝型群，56.3%が夜型群にそれぞれ分類された．また，父親と子ども，母親と子どもの唾液中メラトニン濃度の関連を検討したところ，いずれの時点においても親子間に有意な相関は認められなかったものの，朝型の父親，母親の子どもは朝型の割合が，夜型の父親，母親の子どもは夜型の割合が僅かに高値を示す様子も確認された．