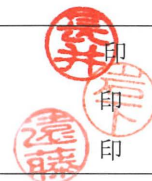


## 論文審査及び最終試験又は学力の確認の結果の要旨

①・乙	氏名	佐藤 利栄
学位論文名	Relationship Between Insomnia With Alcohol Drinking Before Sleep (Ne-Zake) or in the Morning (Mukae-Zake) Among Japanese Farmers	
学位論文審査委員	主査	長井 篤
	副査	岩下 義明
	副査	遠藤 昭博



## 論文審査の結果の要旨

不眠は身体的および精神的疾患の発症に関与し、QOLの低下を引き起こす。飲酒は睡眠障害に関与することが広く知られる一方、不眠の対処法として用いられることも多い。「寝酒」・「迎え酒」は世界中に広くみられる文化であるが、不眠との関連性は明らかでない。本研究では、人間ドックを受診した農業従事者における「寝酒」・「迎え酒」と不眠の関連について検討した。対象は2017年6月から2018年3月までに担い手ドック健診を受診した島根県内の農業従事者のうち、有効な回答が得られた746人とした。不眠はアテネ不眠尺度を用いて判定した。寝酒、迎え酒はそれぞれ「眠りを助けるために飲むお酒」「神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために飲むお酒」と定義した。全体の23.3%が不眠を自覚し、過去1年間に18.8%が寝酒を、5.0%が迎え酒をしていた。飲酒量、飲酒頻度を調整後の不眠のオッズ比は、寝酒をしている者で2.00 (95%信頼区間: 1.27-3.16)、迎え酒をしている者で3.26 (1.55-6.87)であった。寝酒、迎え酒ともにしていない者に比べ、寝酒のみをしている者、迎え酒のみしている者、寝酒・迎え酒ともにしている者の不眠のオッズ比はそれぞれ1.81 (1.08-3.06)、4.09 (1.14-14.7)、4.77 (2.01-11.3)であった。寝酒が不眠に与える影響に性差は認めなかった。不眠との関連は寝酒より迎え酒が強かった。アルコール依存では不眠を始めたとした睡眠障害を発症しやすいことが報告されており、常時飲酒が迎え酒として捉えられている可能性は否定できない。本研究は、寝酒および迎え酒が飲酒量および飲酒頻度に独立して不眠と関連することを示した初の報告である。本研究は日本人の健やかな睡眠を促進し、アルコール依存発症の抑制に寄与しうる基礎的研究であり、学位授与に値すると判断した。

## 最終試験又は学力の確認の結果の要旨

申請者は、「寝酒」・「迎え酒」の習慣という新たな視点で、農業従事者の多数例を対象として調査し、不眠との関連性を明らかにした。その成果は学術的価値が高く、臨床的および公衆衛生的に重要な意味を有する。審査では、背景知識も豊富で、博士の授与に値すると判断した。(主査:長井 篤)

申請者は飲酒量や飲酒頻度と独立して「寝酒」・「迎え酒」という習慣が不眠と関連することを示した。一般に不眠に対する対処法として用いられている習慣が逆の効果を示す可能性を示唆した報告で、学術的価値が高い。審査では背景知識も豊富で今後の研究の発展についても議論できており、学位授与に値すると判断した。(副査:岩下 義明)

申請者は、人間ドックを受診した農業従事者を対象として質問票を用いて「寝酒」・「迎え酒」の習慣と不眠の関連について横断的調査を行い、因果関係を明らかにした。アルコール摂取は睡眠に対して負の影響をもたらすことを啓蒙する上で有意義な研究であり、審査時の質疑応答も適切で、学位授与に値すると判断した。(副査:遠藤 昭博)

(備考) 要旨は、それぞれ400字程度とする。