

日本睡眠学会第43回定期学術集会参加記

堂上 久美子

京都大学大学院 薬学研究科 医薬創成情報科学専攻

2018年7月11日から13日に札幌で開催された日本睡眠学会第43回定期学術集会に参加しました。北海道での開催ということで、灼熱の京都からの脱出を期待していたのですが、前日入りした札幌の夜は18度で、むしろ寒い(!)。半袖と薄手のカーディガンしか持っていなかった私は、到着早々に北海道の洗礼を受けることとなってしまいました。

私にとって睡眠学会は、いつか行ってみたいと思いつけていた学会でした。というのも、私が時間生物学研究に興味をもったきっかけの一つが、学部生の時に国立精神・神経医療研究センターの肥田先生、北村先生のもとで睡眠に関する治験のお手伝いをしていたことだからです。ですので、今回の学会はいつも以上に心待ちにしていました。

今年はアジア睡眠学会とアジア時間生物学フォーラムが合同開催されており、海外の著名な先生方もいらっしゃっていて、夢だった初参加の睡眠学会で、国際学会の雰囲気を感じることができました。また、普段は聞くことのない魅力的な講演やシンポジウムが数多く設けられていたため、毎日参加する会場を吟味しました。様々な体の器官と睡眠との関連、不眠治療法への提言、うつ病と睡眠障害の治療法における関連性、全国にいる患者さんと睡眠の専門家の偏在の溝を埋めるために行われている現在の遠隔治療についてなど、生物現象のメカニズムのみならず、医療現場の問題と改善案や、患者さんの治療へのアクセシビリティ向上へのアプローチ法など内容は多岐にわたり、どれも非常に興味深く新鮮でした。また、睡眠と疾患については因果関係がわかっていないものはまだ多くある一方で、相関関係を明らかにすることで患者さんを救うための治療法が着実に考案されていることを知り、大変感銘を受けました。

学会の最後には昨年のノーベル賞を受賞されたMichael Rosbash先生の講演を聞くことができました。時折ジョークを交えながら先生が関わってこられた研究についてご講演いただいたのですが、最後に

(意識ですが)、「教授であろうとも一緒に働くラボのメンバーは対等な仲間」と思い、また彼らにも仲間だと思ってもらうことが大事だ」とおっしゃっていて、先生の公正で謙虚な人柄を感じるとともに、チームで仕事を進めていく上で重要な考え方を得ることができました。

稚拙な文章でしたが、お読みいただきありがとうございました。また、この度勝手な学会参加を許可してくださった土居先生、いつも研究活動を支援してくださるラボの先生方と学生のみなさん、時間生物学学会でお世話になっている先生方にこの場をお借りして感謝を申し上げます。



毎日小さな北海道が入っていたランチセミナーのお弁当