

# ウェブアンケートのご協力をお願い

【研究課題名】 勤労世代の睡眠様態とその遺伝的要因の探索

筑波大学 国際睡眠医科学研究機構、医学医療系産業精神医学・宇宙医学グループと、学外機関の共同研究にて、  
働く人の睡眠を良くすることを旨とした筑波大学睡眠疫学プロジェクトを行っています。



## 対象：筑波大学職員（常勤・非常勤）＊学生を除く

- ① 今回、初めて睡眠調査にご参加くださる方、及び、
  - ② 約6～7年前(2016～2017年頃)に活動量計による睡眠計測調査にご参加くださった方\*
- (\*睡眠や健康状態の変化を知りたいため、ご協力をお願いします)



## 内容：1.ウェブアンケート調査 ※電子ギフト券500円分を差し上げます

【回答期間】 2023年5月26日（金）～2023年7月14日（金）

【所要時間】 約30分程度

中断しても、回答期限までは後ほど続きからご回答いただけます。

2,3は必須ではありません。

2. 健康診断結果の提供、 3. 自宅での睡眠計測（後日、一部の方に依頼）  
ウェブアンケートの中でご協力いただけるかお尋ねしています。

疫学調査は多くの人のご協力が必要です。何卒ご協力をお願いします。



筑波大学国際統合睡眠医科学研究機構  
機構長 柳沢正史

▼詳しくはこちらへ



<https://jp.surveymonkey.com/r/SLEPT-u-tsukuba-1>  
sleep-survey@un.tsukuba.ac.jpまで  
メールをいただければURLを送ります。

### 【本調査に関する問合せ先】

筑波大学国際統合睡眠医科学研究機構  
准教授 森田えみ  
電話：029-859-1858（火・木9:00～14:00）  
Mail: sleep-survey@un.tsukuba.ac.jp

