

シンポジウム 2

子どもの睡眠障害の最前線

～治療から先制医療、そして眠育へ～

座長：小西 行郎（同志社大学赤ちゃん学研究センターセンター長／子どもの睡眠と発達医療センターセンター長）

睡眠の問題を抱えている子どもが最近増え続けている。それは単に睡眠不足の子どもということではなく、明らかに睡眠障害というべき子どもたちであるという認識が必要であることを示している。

こうした現状を踏まえて田島世貴先生にはわが国で唯一子どもの睡眠障害について入院も含めて治療している経験から、また、加藤隆史先生には歯科治療の中でとりわけ、睡眠と関係の深い歯ぎしりを中心に、それぞれ医療面からのお話をいただいた。また、前田勉先生には不登校対策の中で睡眠障害について積極的に予防するという立場から現状と対策についてのお話をいただいた。

極めて注目を浴びている課題であったためか、講堂に入りきれないほどの盛況であり、三池輝久先生も積極的に討論に参加されたため、熱気にあふれたシンポジウムとなった。おそらく参加された多くの方たちもびっくり

されたような話が多かったのではないと思うが、これが現状である。

睡眠障害は文部科学省の報告にもあるように不登校の原因の2番目に挙げられるようになった。それだけでなく、我々の病院の調査では糖尿病などの生活習慣病や発達障害、あるいはうつ・認知症などと関係が深いことも明らかになりつつある。さらにはゲームやインターネットによるIT中毒は、睡眠の障害だけではなく家庭内暴力などの原因にもなっている。

最近やっと文部科学省もこの問題に前向きに取り組み始めたが、行政任せにするだけでは根本解決にはなるまい。社会全体がこの問題を正面から受け止め、解決するための行動をとる必要があるのではないだろうか。この問題を子ども学会でも継続して考えてゆきたいと考えている。

話題提供 | **田島 世貴**（子どもの睡眠と発達医療センター医長）「学童期睡眠障害の治療と、幼少期からの予防介入の重要性」
加藤 隆史（大阪大学大学院講師）「身近な歯ぎしりの少し難しい話」
前田 勉（NPO 法人 里豊夢わかさ理事長）「“眠育” の取り組み」

コメンテーター | **三池 輝久**（子どもの睡眠と発達医療センター特命参与）

