

松浦 倫子 先生

まつうら のりこ

北海道大学大学院 教育学研究院 学術研究員
睡眠評価研究機構 研究員
江戸川大学睡眠研究所 客員研究員
日本睡眠改善協議会認定 上級睡眠改善インストラクター

【略歴】

2001年広島大学総合科学部卒業
2003年広島大学生物圏科学研究科博士課程前期修了
2003年ロフテー睡眠文化研究所研究員
2007年株式会社エスアンドエーアソシエーツ学術主任研究員
2010年広島大学総合科学博士課程後期修了
2009年睡眠評価研究機構 主任研究員(～現在に至る)
2012年江戸川大学睡眠研究所 客員研究員(～現在に至る)
2018年北海道大学大学院 教育学研究院 学術研究員

睡眠や生体リズムを専門に研究する大学研究室に所属し、人間の行動を生理学的、心理学的、行動科学的視点から科学的に分析する人間行動研究領域にて博士号を取得。リラクセーションおよび眠りに関する評価研究を実施し、その研究成果を国内外の学会にて発表。商品開発およびマーケティングに有効な科学的エビデンスの構築に携わってきた。

【著書】

眠具-眠りにまつわるモノの世界(『睡眠文化を学ぶ人のために』世界思想社, 2008)、快適な睡眠の実現を担う寝具と眠具(『眠りの科学とその応用Ⅱ』シーエムシー出版, 2011)、快適な眠りのための睡眠習慣セルフチェックノート(全日本病院出版会, 2015)、睡眠環境(『睡眠学Ⅰ「眠り」の科学入門』北大路書房, 2018)

【ホームページ】 <http://yamanaka-lab.wixsite.com/chronobiology>