

◎ あとがき ◎

眠りの特集は久しぶりです。眠りの基礎知識から睡眠関連疾患まで幅広い内容を取り上げ、第一線でご活躍の先生から読み応えのある原稿をいただきました。本誌が暑い夏の夜のお供になれば幸いです（不眠になったらごめんなさい）。

その不眠ですが、睡眠障害は人類の出現とともに始まり、近代化とともに頻度が増してきたと考えられています。

平安時代末期に描かれた「病草紙（やまいのそうし）」という絵巻物があります。当時の病気や治療に関する説話を描いたもので、21の絵巻が現代まで残っています。そのなかに「不眠の女」についての描写があります。

山とのくに かつら木のしものこほりに かたをかといふところに女あり

とりたてゝいたむところなけれども よるになれどもねいらるることなし

よもすがらおきゐて なによりもわびしきことなりとぞいひける

これは入眠障害と思われます。原因についての記載はありませんが、「わびしき」の一語からは何らかの精神的ストレスが推察されます。

夜の過ごし方は文化によっても異なります。古代ローマでは睡眠が「第1睡眠」「第2睡眠」に分かれていて、2つの睡眠の合間で思索に耽ったり、祈ったり、読書をしたり、語らったりしていたそうです。古代メソアメリカの夜には松明（たいまつ）が灯され、狩りや祝宴が行われ、翌日の食事の準備もされるなどして忙しかったようです。大人にとっては、夜もまた活動の場であったことがわかります。

一方で、子どもの成長や発達には、十分な睡眠が不可欠です。日本の文化は急激な勢いで変わりつつありますが、そのなかにあっても、子どもたちが健やかな睡眠をとれることを願ってやみません。

（広瀬宏之）

■編集顧問

白木和夫	藤川 敏	阿波彰一	山口規容子
飯沼和三	大和田 操	伊藤文之	柳川 幸重
児玉浩子	岩田 力	麦島秀雄	桃井真里子
山中龍宏	藤澤知雄	横田俊平	小原 明
衛藤 隆	椎原弘章	田原卓浩	横田俊一郎
栗津 緑	五十嵐 隆	稲毛康司	下条直樹
田島 剛	洲上達夫	森尾友宏	大橋十也
浦上達彦	賀藤 均	秋山千枝子	清水俊明

■編集主幹

窪田 満	富澤大輔	東海林宏道	成田雅美
------	------	-------	------

■編集委員

伊藤純子	乾あやの	岩間 達	小野 博
小崎健次郎	小林茂俊	小松充孝	島袋林秀
高橋謙造	日暮憲道	平野静香	広瀬宏之
三浦健一郎	道下崇史	森岡 一朗	

小児内科 第56巻 第8号 (8月号)

2024年8月1日発行 (毎月1日発行)

定価3,190円 (本体2,900円+税10%)

※消費税率変更の場合、上記定価は税率の差額分変更になります。

2024年前金予約購読料 52,690円 (本体47,900円+税10%)

増大号1冊・増刊号1冊 (小児内科・小児外科合同) 含む

*送料は前金予約購読の方のみ弊社負担です。

*ご転居の際は「小児内科」とご明記の上、新旧のご住所を販売部までご連絡下さい。

編集 小児内科編集委員会

発行 株式会社 東京医学社

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町2-40-5

URL <https://www.tokyo-igakusha.co.jp>

編集部 TEL 03-3237-9113 (直) FAX 03-3237-9115

E-mail: shonai@tokyo-igakusha.co.jp

販売部 TEL 03-3265-3551 (代) FAX 03-3265-2750

E-mail: hanbai@tokyo-igakusha.co.jp

・本誌に掲載する著作物の複製権・翻訳権・上映権・譲渡権・公衆送信権 (送信可能化権を含む) は (株) 東京医学社が保有します。

・ **JCOPY** 〈出版者著作権管理機構委託出版物〉

本誌の無断複製は著作権法上での例外を除き禁じられています。複製される場合は、そのつど事前に一般社団法人出版者著作権管理機構 (TEL 03-5244-5088, FAX 03-5244-5089), e-mail: info@jcopy.or.jp の許諾を得てください。

本誌広告取り扱い

文栄社 〒113-0033 東京都文京区本郷 3-26-1 本郷宮田ビル 5F
TEL 03-3814-8541 (代) FAX 03-3816-0415